লাতাইফ

ইঞ্জিনিয়ার আজিজুল বারী

খানকায়ে আমীনিয়া-আসগরিয়া
আলী সেন্টার, সুবিদবাজার, সিলেট, বাংলাদেশ।

লাতাইফ

গ্রন্থনা: ইঞ্জিনিয়ার আজিজুল বারী

সম্পাদনা: মাওলানা ফারুক আহমদ জকিগঞ্জী

খানক্বায়ে আমীনিয়া-আসগরিয়া প্রকাশনী
আলী সেন্টার, সুবিদবাজার, সিলেট।

লাতাইফ

প্রকাশক: হাফিজ মাওলানা ইমদাদুল হক ফরহাদ

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ

প্রাক কথন

আলহামদুলিল্লাহ! মানবদেহে চেতনার সূক্ষ্ম কেন্দ্রসমূহ তথা লাতাইফ (একবচনে লতিফা) সম্পর্কে জ্ঞান থাকা প্রত্যেক সালিকের জন্য একান্ত জরুরী। সুফিয়ায়ে কেরাম হাজার বছর ধরে এসব লতিফাকে সনাক্ত করে জিকির-আজকার ও মুরাক্বাবা করে উপকৃত হয়ে আসছেন। বাংলা ভাষায় লাতাইফ সম্পর্কে তথ্যমূলক বই খুব একটা চোখে পড়ে না। খানক্বায়ে আমীনিয়া-আসগরিয়ার গবেষক ইঞ্জিনিয়ার আজিজুল বারী ‘লাতাইফ’ নামকরণে এ বইটি প্রনয়ণ করে এ অভাব কিছুটা হলেও দূর করেছেন। সম্পাদক হিসাবে বইটিকে যতটুকু সম্ভব সহজ পাঠযোগ্য করার চেষ্টা করেছি।

তাসাওউফের রাস্তায় প্রথম পদক্ষেপ হচ্ছে কোনো হক্কানী মুর্শিদের হাতে বাইআত গ্রহণ করা। অর্থাৎ মুরিদ হওয়া। মুর্শিদ নতুন মুরিদকে প্রাথমিক কিছু তাসবিহাত ও জিকির-আজকারের সবক দিয়ে থাকেন। মুরিদকে অবশ্যই এগুলো মুর্শিদের নির্দেশ মুতাবিক নিয়মিত পালন করতে হবে। মুরিদের হালের মধ্যে পরিবর্তন আসলে মুর্শিদ তাকে উচ্চ স্তরের জিকির-মুরাক্বাবার ছবক দেবেন। এ ব্যাপারে অত্র বইটি দিক নির্দেশনা হিসাবে উপকারী হবে বলে আমাদের বিশ্বাস।

আল্লাহ তা’আলার সন্তুষ্টির জন্যই আমাদের সকল চেষ্টা। তিনি এ চেষ্টাকে কবুল করুন এবং আমাদেরকে দান করুন কামিয়াবী- দুনিয়া ও আখিরাতে। আমীন।

খলিফায়ে হযরত কুতবে যামান মাওলানা আমীনুদ্দীন শায়খে কাতিয়া রাহ.
(শায়খ) মাওলানা ফারুক আহমদ জকিগঞ্জী
পরিচালক
খানক্বায়ে আমীনিয়া-আসগরিয়া জামিয়া ইমদাদিয়া ক্বাওমিয়া
আলী সেন্টার (৪র্থ তলা), সুবিদবাজার, সিলেট, বাংলাদেশ।

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ

ভূমিকা

যাবতীয় প্রশংসা মহান রাব্বুল আলামীন আল্লাহ তা'আলার জন্য। এ মহাবিশ্ব ও এতে যাকিছু আছে তা তাঁরই সৃষ্ট। তিনি সবকিছুর খালিক, মালিক ও পালনকর্তা। আমরা সকলেই তাঁর সৃষ্ট বান্দা-বান্দী। তিনি আমাদেরকে একমাত্র তাঁরই ইবাদতের জন্য সৃষ্টি করেছেন। তিনি যেভাবে রাজি-খুশী সেভাবে ইবাদত-বন্দেগীর তাওফিক তাঁরই নিকট কামনা করছি। হে আল্লাহ! এ অধম বান্দার প্রতি দয়াপরবশ হোন। আপনার সাহায্য ছাড়া একমুহূর্তের জন্যও আনুগত্যশীল গোলাম হতে পারবো না। জীবনে যেটুকু লেখালেখি করার তাওফিক আপনি দিয়েছেন তা সবই একমাত্র আপনারই সন্তুষ্টি কামনায় করেছি। বর্তমান এ গ্রন্থটি লেখার আগ্রহও একমাত্র আপনার করুণা ও সন্তুষ্টি লাভের আশায়। আপনার সাহায্য ছাড়া একটি অক্ষরও লেখার ক্ষমতা আমার নেই। হে আল্লাহ! আপনি এ প্রচেষ্টাকে কবুল করুন।

অসংখ্য দরূদ ও সালাম পেশ করছি আখেরী যামানার নবী, মানবতার প্রতি আল্লাহর প্রেরিত সর্বশেষ ও সর্বশ্রেষ্ঠ রাসূল, রাহমাতুল্লিল আলামীন হযরত মুহাম্মদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের প্রতি। আরো দরূদ ও সালাম পেশ করছি নবীজী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের প্রিয় আসহাবে কিরামের প্রতি।

প্রিয় পাঠক-পাঠিকা, আপনি আমি প্রত্যেক ব্যক্তিকে আল্লাহ তা'আলা সৃষ্টি করে আমাদের দেহে ১০টি আধ্যাত্মিক চেতনার সূক্ষ্ম বিন্দু দান করেছেন। এগুলুকে একবচনে 'লতিফা' এবং বহুবচনে 'লাতাইফ' বলে। হাজার বছর ধরে তাসাওউফের বিভিন্ন তরিকার মাশাইখে আজম এসব লতিফা দেহের বিভিন্ন স্থানে সনাক্ত করে প্রত্যেকটির দিকে ধ্যানস্থ অবস্থায় জিকির-মুরাক্বাবা করে আসছেন। আর এরই মাধ্যমে আধ্যাত্মিক সুফল লাভ করে আল্লাহর প্রিয় বান্দা হয়েছেন।

লাতাইফ সম্পর্কে বাংলা ভাষায় খুব বেশি লেখালেখি চোখে পড়ে নি। তবে আরবি ও ইংরেজি ভাষায় অনেক প্রবন্ধ, নিবন্ধ রচিত হয়েছে।

ইন্টারনেটে এসব লেখালেখি দেখতে পাওয়া যায়। বর্তমান এ বইটি ইন্টারনেটে প্রাপ্ত বিভিন্ন সূত্র থেকে রচিত হয়েছে। এছাড়া বাংলা ভাষায় অনুদিত বিখ্যাত শায়খুল মাশাইখ হযরত হাজী ইমদাদুল্লাহ মুহাজিরে মক্কী রাহিমাহুল্লাহ্ রচিত 'দ্বিয়াউল কুলুব' গ্রন্থ থেকে অনেক তথ্য এ বইয়ে সন্নিবেশিত হয়েছে।

আমি আশা করছি এ বইটি পাঠ করে তরিকতের সালিকরা এবং সাধারণ পাঠক-পাঠিকা উপকৃত হবেন। বইটিতে ভুল-ত্রুটি থাকতে পারে। এজন্য প্রথমতঃ মহান আল্লাহ্ তা'আলার দরবারে ক্ষমা প্রার্থনা করছি। দ্বিতীয়তঃ পাঠকদের মধ্যে কেউ যদি এসব ভুলের ব্যপারে আমাকে অবগত করেন তাহলে অবশ্যই পরবর্তী সংস্করণে সংশোধন করা হবে, ইনশাআল্লাহ্।

বই লেখা একটি উচ্চ পর্যায়ের সাধনার নাম। দীর্ঘদিনের গবেষণা ও অনুসন্ধাসের সুফল এ বই। তবে লেখালেখির প্রতি আগ্রহ ও অনুরাগ সৃষ্টিতে যারা উৎসাহ উদ্দীপণা যোগান দিয়েছেন তাদের প্রতি কৃতজ্ঞতা জানাচ্ছি। সুহৃদ এসব ব্যক্তিদের মধ্যে আমার শ্রদ্ধেয় পীর সাহেব হযরত মাওলানা আমীনুদ্দিন শায়খে কাতিয়া রাহিমাহুল্লাহ্র জলিলুল কদর খলিফা হযরত মাওলানা ফারুক আহমদ জকিগঞ্জী (দা.বা.), শাহজালাল বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি বিশ্ববিদ্যালয়ের স্বনামধন্য অধ্যাপক বিজ্ঞানী প্রফেসর ড. সৈয়দ বদিউজ্জামান ফারুক সাহেব, সিলেট শিক্ষক প্রশিক্ষন কলেজের এসোসিয়েট প্রফেসর ড. মোহাম্মদ শামীম খান সাহেব, কবি সাংবাদিক ও গ্রন্থপ্রণেতা ইউকে প্রবাসী জনাব আবদুল মুকিত মুখতার সাহেব প্রমুখের নাম এ প্রসঙ্গে শ্রদ্ধার সঙ্গে স্মরণ করছি। আল্লাহ তা'আলা তাঁদেরকে হায়াতে তায়্যিবাহ দান করুন। আমীন।

গ্রন্থকার
১ এপ্রিল ২০২৫।

বিষয়সূচি

প্রথম পরিচ্ছেদ
কুরআন-হাদিসের আলোকে তাসাওউফ

সাধারণত আমাদের ধারণা হচ্ছে মানবদেহে চেতনার একটিমাত্র কেন্দ্র আছে, যা হলো আমাদের মগজ। কিন্তু ইদানিং বিজ্ঞানীরা আবিষ্কার করেছেন যে, চেতনার মূল কেন্দ্র মগজ নয় বরং আমাদের হার্ট বা হৃৎপিণ্ড। তবে এ ব্যাপারে সুফিয়ায়ে কেরাম অনেক আগে থেকেই বলে আসছেন, মানবদেহে চেতনার একাধিক সূক্ষ্ম স্থান আছে যাদেরকে বলে 'লাতাইফ' (এক বচনে 'লতিফা')। তাঁরা বলেন, মগজ ছাড়াও এ সূক্ষ্ম স্থানগুলো দেহের বিভিন্ন অংশে বিদ্যমান। সুফিদের আধ্যাত্মিক ভ্রমণ ও অভিজ্ঞতা দ্বারা এই লতিফাগুলোর অবস্থান সনাক্ত করা হয়েছে। সুতরাং তাসাওউফপন্থী সবাই লাতাইফ সম্বন্ধে পূর্ণাঙ্গ জ্ঞান রাখা জরুরী।

কেউ কেউ বলেন লাতাইফের সংখ্যা মোট ছয়টি। কিন্তু অনেকের মতে এদের সংখ্যা দশটি। এই বইয়ে একে একে মানবদেহে এই দশটি লতিফার নাম ও অবস্থান তুলে ধরবো এবং এসব সূক্ষ্ম কেন্দ্রসমূহের উপর ধ্যানস্থ হয়ে জিকির আজকার ও মুরাক্বাবার নিয়ম-পদ্ধতি এবং উপকার বর্ণনা করবো ইনশাআল্লাহ। তবে প্রথমে পবিত্র কুরআন-হাদিসের আলোকে তাযকিয়া তথা তাসাওউফ সম্পর্কে প্রামাণ্য তথ্যাদি তুলে ধরছি।

আল-কুরআনে তাযকিয়া তথা তাসাওউফ প্রসঙ্গ

আত্মশুদ্ধির গুরুত্ব সম্পর্কে আল্লাহ তা'আলা ইরশাদ করেন:

১.

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا -যে নিজেকে পরিশুদ্ধ করে সে-ই সফলকাম। (শাম্‌স (৯১) : ৯)

২.

وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا -এবং যে নিজেকে কলুষিত করে সে ব্যর্থ মনোরথ হয়। (শাম্‌স (৯১) : ১০)

৩.

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّىٰ -নিশ্চয় সাফল্য লাভ করবে সে, যে পরিশুদ্ধ হয়। (আ'লা (৮৭) : ১৪)

৪.

وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّىٰ -এবং তার পালনকর্তার নাম স্মরণ করে, অতঃপর নামায আদায় করে। (আ'লা (৮৭) : ১৫)

৫.

يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ -যে দিবসে ধন-সম্পদ ও সন্তান-সন্ততি কোনো উপকারে আসবে না। (শুরা (২৬) : ৮৮)

৬.

فَوَجَدَا عَبْدًا مِنْ عِبَادِنَا آتَيْنَاهُ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَعَلَّمْنَاهُ مِنْ لَدُنَّا عِلْمًا -

-অতঃপর তাঁরা আমার বান্দাদের মধ্যে এমন একজনের সাক্ষাৎ পেলেন, যাকে আমি আমার পক্ষ থেকে রাহমাত দান করেছিলাম ও আমার পক্ষ থেকে দিয়েছিলাম এক বিশেষ জ্ঞান। (কাহাফ (১৮) : ৬৫)

৭.

إِنَّ الَّذِينَ يُبَايِعُونَكَ إِنَّمَا يُبَايِعُونَ اللَّهَ يَدُ اللَّهِ فَوْقَ أَيْدِيهِمْ * فَمَنْ نَكَثَ فَإِنَّمَا يَنْكُثُ عَلَىٰ نَفْسِهِ * وَمَنْ أَوْفَىٰ بِمَا عَاهَدَ عَلَيْهُ اللَّهَ فَسَيُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا

-যারা আপনার কাছে আনুগত্যের শপথ (বাইআত) করে, তারা তো আল্লাহর কাছে আনুগত্যের শপথ (বাইআত) করে। আল্লাহর হাত তাদের হাতের উপর রয়েছে। অতএব, যে শপথ ভঙ্গ করে; অতি অবশ্যই সে তা নিজের ক্ষতির জন্যই করে এবং যে আল্লাহর সাথে কৃত অঙ্গীকার পূর্ণ করে; আল্লাহ সত্বরই তাকে মহাপুরস্কার দান করবেন। (ফাতাহ (৪৮) : ১০)

হাদিস শরীফে তাযকিয়া তথা তাসাওউফ প্রসঙ্গ

সর্বপ্রথম আমরা বিখ্যাত হাদিস 'হাদিসে জিব্রাইল' মূল আরবি ও বঙ্গানুবাদসহ নিম্নে লিপিবদ্ধ করছি।

১. হাদিসে জিব্রাইল

عن عُمَر بْن الْخَطَّابِ قَالَ بَيْنَمَا نَحْنُ عِنْدَ رَسُولِ اللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ذَاتَ يَوْمٍ إِذْ طَلَعَ عَلَيْنَا رَجُلٌ شَدِيدُ بَيَاضِ الثِّيَابِ شَدِيدُ سَوَادِ الشَّعَرِ لَا يُرَى عَلَيْهِ أَثَرُ السَّفَرِ وَلَا يَعْرِفُهُ مِنَّا أَحَدٌ حَتَّى جَلَسَ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَسْنَدَ رُكْبَتَيْهِ إِلَى رُكْبَتَيْهِ وَوَضَعَ كَفَّيْهِ عَلَى فَخِذَيْهِ وَقَالَ يَا مُحَمَّدُ أَخْبِرْنِي عَنْ الْإِسْلَامِ فَقَالَ رَسُولُ اللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْإِسْلَامُ أَنْ تَشْهَدَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللّٰهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَتُقِيمَ الصَّلَاةَ وَتُؤْتِيَ الزَّكَاةَ وَتَصُومَ رَمَضَانَ وَتَحُجَّ الْبَيْتَ إِنْ اسْتَطَعْتَ إِلَيْهِ سَبِيلًا قَالَ صَدَقْتَ قَالَ فَعَجِبْنَا لَهُ يَسْأَلُهُ وَيُصَدِّقُهُ قَالَ فَأَخْبِرْنِي عَنْ الْإِيمَانِ قَالَ أَنْ تُؤْمِنَ بِاللّٰهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَتُؤْمِنَ بِالْقَدَرِ خَيْرِهِ وَشَرِّهِ قَالَ صَدَقْتَ قَالَ فَأَخْبِرْنِي عَنْ الْإِحْسَانِ قَالَ أَنْ تَعْبُدَ اللّٰهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ قَالَ فَأَخْبِرْنِي عَنْ السَّاعَةِ قَالَ مَا الْمَسْئُولُ عَنْهَا بِأَعْلَمَ مِنْ السَّائِلِ قَالَ فَأَخْبِرْنِي عَنْ أَمَارَتِهَا قَالَ أَنْ تَلِدَ الْأَمَةُ رَبَّتَهَا وَأَنْ تَرَى الْحُفَاةَ الْعُرَاةَ الْعَالَةَ رِعَاءَ الشَّاءِ يَتَطَاوَلُونَ فِي الْبُنْيَانِ قَالَ ثُمَّ انْطَلَقَ فَلَبِثْتُ مَلِيًّا ثُمَّ قَالَ لِي يَا عُمَرُ أَتَدْرِي مَنْ السَّائِلُ قُلْتُ اللّٰهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ قَالَ فَإِنَّهُ جِبْرِيلُ أَتَاكُمْ يُعَلِّمُكُمْ دِينَكُمْ

صحيح مسلم كتاب الإيمان باب بيان الإيمان والإسلام والإحسان والإيمان بالقدر

-হযরত উমর বিন আল-খাত্তাব (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ তিনি বলেন, একদিন আমরা রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে বসে ছিলাম, তখন আমাদের সামনে এক ব্যক্তি উপস্থিত হলেন যিনি অত্যন্ত সাদা কাপড় পরিহিত ছিলেন, তার চুল ছিল প্রচণ্ড কালো। তার মধ্যে সফরের কোন চিহ্ন দেখা যাচ্ছিলো না, আর আমাদের কেউই তাকে চিনতাম না।

তিনি অগ্রসর হয়ে রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লামের সামনে এসে নিজের দুই হাঁটু রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লামের দুই হাঁটুর সাথে মিলিয়ে দিলেন এবং তাঁর দুই হাতের তালু তাঁর (সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লাম) নিজের দুই উরুর উপর রাখলেন আর বললেন, "হে মুহাম্মাদ (সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লাম), আমাকে ইসলাম সম্পর্কে বলুন।" রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, "ইসলাম (অর্থাৎ এর স্তম্ভ) হল এই যে: (১) আপনি সাক্ষ্য দিবেন আল্লাহ ছাড়া কোন ইলাহ নেই এবং মুহাম্মাদ [সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লাম] তাঁর রাসুল, (২) সালাত কায়েম করবেন, (৩) যাকাত আদায় করবেন, (৪) রামাদান মাসের সিয়াম পালন করবেন এবং (৫) আল্লাহ্‌র ঘরে হজ করার সামর্থ্য থাকলে হজ পালন করবেন।" প্রশ্নকারী বললেন, "আপনি সত্য বলেছেন।"

উমর বিন আল খাত্তাব (রাঃ) বলেন, "এই নবাগত ব্যক্তিকে জিজ্ঞেস করতে ও উত্তরকে সত্য ও সঠিক বলে ঘোষণা করতে দেখে আমরা খুবই অবাক হলাম।"

সেই ব্যক্তি আবার জিজ্ঞেস করলেন, "আমাকে ঈমান সম্পর্কে বলুন।" রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ'লাইহি ওয়াসাল্লাম জবাব দিলেন, "ঈমান হল এই যে, আপনি আল্লাহ্‌কে, তার ফেরেশতাদেরকে, তার কিতাবসমুহকে, নবী রাসুলদেরকে ও বিচার দিবসকে সত্য বলে বিশ্বাস করবেন এবং তাকদীরকে বিশ্বাস করবেন- তা ভালো বা মন্দ হোক।" সে ব্যক্তি বললেন, "আপনি সত্য বলেছেন।"

এরপর সেই ব্যক্তি আবার জিজ্ঞেস করলেন, “আমাকে ইহসান সম্পর্কে বলুন।” রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, “ইহসান হল এটি যে, আপনি এমনভাবে আল্লাহ্‌র ইবাদাত করবেন যেন আপনি তাঁকে দেখতে পাচ্ছেন, যদিও আপনি তাঁকে (দুনিয়াতে) দেখতে পাবেন না তবে (জেনে রাখুন) তিনি আপনাকে দেখছেন।”

সেই ব্যক্তি এবার জানতে চাইলেন, “কিয়ামত কবে হবে আমাকে সে সম্পর্কে বলুন।” রাসুলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম) বললেন, “এ ব্যাপারে জিজ্ঞাসিত ব্যক্তি জিজ্ঞাসাকারী অপেক্ষা বেশী জানে না।”

সেই ব্যক্তি এরপর বললেন, “আমাকে আপনি এর কিছু নিদর্শন বলুন।” রাসুলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম) বললেন, “দাসী তার নিজের কর্ত্রীকে (অথবা কর্তাকে) জন্ম দিবে, আর আপনি দেখবেন যে নগ্নপদ বিশিষ্ট নিঃস্ব ছাগলের রাখালেরা একে অপরের সাথে বিশাল বিশাল ভবন তৈরিতে প্রতিযোগিতা করবে।”

বর্ণনাকারী (উমর বিন আল খাত্তাব রাঃ) বলেন, “এরপর তিনি (জিজ্ঞাসাকারী ব্যক্তি) তার পথে চলে গেলেন কিন্তু আমি রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লামের সাথে অনেকক্ষণ ধরে অবস্থান করলাম।”

পরে রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম আমাকে বললেন, “উমার, তুমি কি জান জিজ্ঞাসাকারী ব্যক্তিটি কে ছিলেন?” আমি জবাব দিলাম, “আল্লাহ এবং তার রাসুল (সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম)-ই সবচেয়ে ভাল জানেন।”

রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আ’লাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, “তিনি ছিলেন জিব্রাইল। তিনি তোমাদেরকে দ্বীন শিক্ষা দেওয়ার জন্য তোমাদের কাছে এসেছিলেন।” (মুসলিম- কিতাবুল ঈমান, হাদিস ১/৮)

২. মু'মিনের অন্তর্দৃষ্টি

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الخُدْرِيِّ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «اتَّقُوا فِرَاسَةَ المُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَنْظُرُ بِنُورِ اللَّهِ» ، ثُمَّ قَرَأَ: {إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْمُتَوَسِّمِينَ}

-হযরত আবি সা'ঈদ খুদরী (রাঃ) বলেন: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: "বিশ্বাসীর (মু'মিনের) অন্তর্দৃষ্টির ব্যাপারে সতর্ক থেকো, কারণ তিনি আল্লাহর নূরে দেখে থাকেন।" এরপর সূরা হিজরের ৭৫ নাম্বার আয়াতটি তিলাওয়াত করলেন: "নিশ্চয় এতে চিন্তাশীলদের জন্য নিদর্শনাবলী রয়েছে।"

৩. আল্লাহ্‌র ওলিদের মর্যাদা

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ: مَنْ عَادَى لِيْ وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِيْ بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا يَزَالُ عَبْدِيْ يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِيْ يَسْمَعُ بِهِ، وَبَصَرَهُ الَّذِيْ يُبْصِرُ بِهِ، وَيَدَهُ الَّتِيْ يَبْطِشُ بِهَا، وَرِجْلَهُ الَّتِيْ يَمْشِيْ بِهَا، وَإِنْ سَأَلَنِيْ لَأُعْطِيَنَّهُ، وَلَئِنِ اسْتَعَاذَنِيْ لَأُعِيْذَنَّهُ، وَمَا تَرَدَّدْتُ عَنْ شَيْءٍ أَنَا فَاعِلُهُ تَرَدُّدِيْ عَنْ نَفْسِ الْمُؤْمِنِ، يَكْرَهُ الْمَوْتَ وَأَنَا أَكْرَهُ مَسَاءَتَهُ.

-হযরত আবু হুরাইরাহ (রা:) থেকে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন: আল্লাহ্ তা'আলা বলেন: "যে ব্যক্তি আমার কোন ওলীর সঙ্গে শত্রুতা পোষণ করলো আমি তার সাথে যুদ্ধ ঘোষণা করলাম। ফরয আমল চাইতেও আমার নিকট অধিক প্রিয় এমন কোন আমল নেই যার মাধ্যমে কোন বান্দাহ্ আমার নিকটবর্তী হতে পারে। এতদ্‌সত্ত্বেও কোন বান্দাহ্ যদি লাগাতার নফল আমলের মাধ্যমে আমার নিকটবর্তী হয় তখন আমি তাকে ভালোবাসি। আর আমি কখনো কাউকে ভালোবাসলে তার কান আমার নিয়ন্ত্রণে এসে যায়। তখন সে তা দিয়ে এমন কিছুই শুনে যাতে আমি সন্তুষ্ট হই। তার চোখও আমার নিয়ন্ত্রণে এসে

যায়। তখন সে তা দিয়ে এমন কিছুই দেখে যাতে আমি সন্তুষ্ট হই। তার হাতও আমার নিয়ন্ত্রণে এসে যায়। তখন সে তা দিয়ে এমন কিছুই ধরে যাতে আমি সন্তুষ্ট হই। তার পাও আমার নিয়ন্ত্রণে এসে যায়। তখন সে তা দিয়ে এমন কিছুর প্রতিই চলে যাতে আমি সন্তুষ্ট হই। সে আমার নিকট কোন কিছু চাইলে আমি তাকে তা দিয়ে থাকি। আমার নিকট সে কোন কিছু থেকে আশ্রয় চাইলে আমি তাকে তা থেকে আশ্রয় দিয়ে থাকি। আমি কোন কিছু করতে এতটুকুও ইতস্তত করি না যতটুকু ইতস্তত করি কোন মু'মিনের জীবন নিতে। সে মৃত্যু চায় না। আর আমি তাকে কোন ভাবেই দুঃখ দিতে চাই না''। (বুখারী, ৬৫০২)

৪. সন্দেহপূর্ণ বিষয়গুলো থেকেও দূরে থাকা

عَنِ النُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ يَقُولُ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللّٰهِ ﷺ يَقُولُ الْحَلالُ بَيِّنٌ وَالْحَرَامُ بَيِّنٌ وَبَيْنَهُمَا مُشَبَّهَاتٌ لا يَعْلَمُهَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، فَمَنِ اتَّقَى الْمُشَبَّهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعِرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ كَرَاعٍ يَرْعَى حَوْلَ الْحِمَى يُوشِكُ أَنْ يُوَاقِعَهُ، أَلا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمًى، أَلا إِنَّ حِمَى اللّٰهِ فِي أَرْضِهِ مَحَارِمُهُ، أَلا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلا وَهِيَ الْقَلْبُ

-হযরত নু'মান বিন বাশীর (রাঃ) হতে বর্ণিত, তিনি বলেন: আমি রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে বলতে শুনেছি, নিঃসন্দেহে হালাল এবং হারাম সুস্পষ্ট এবং উভয়ের মধ্যবর্তী স্থানে কিছু সন্দেহপূর্ণ বিষয় রয়েছে, যা অধিকাংশ মানুষেরই অজানা। যে ব্যক্তি সন্দেহপূর্ণ বিষয়গুলো থেকে দূরে থাকল সে তার দ্বীন ও ইজ্জতকে মুক্ত করে নিল। আর যে সন্দেহপূর্ণ বিষয়ে পতিত হল সে ঐ রাখালের ন্যায়- যে সংরক্ষিত চারণভূমির আশে-পাশে পশু চরায় এবং যে কোন সময় তাতে তার পশু প্রবেশের আশঙ্কা করে। জেনে রেখো! প্রত্যেক বাদশাহর একটি নির্দিষ্ট ও সংরক্ষিত সীমানা থাকে। আল্লাহর সীমানা হল তাঁর নিষিদ্ধ বস্তু। প্রত্যেক ব্যক্তির শরীরে একটি মাংসপিণ্ড রয়েছে, এটা সুস্থ থাকলে সমস্ত শরীর সুস্থ

থাকে। আর এটা বিনষ্ট হলে সারা শরীর বরবাদ হয়ে যায়। আর এটা হলো ক্বালব (হৃদপিণ্ড)।

উপরে উদ্ধৃত পবিত্র কুরআন ও হাদিস শরীফের ভাষ্য থেকে এটা নিঃসন্দেহে বলা যায় যে, আত্মশুদ্ধি বা তাযকিয়ায়ে নফসের সাধনা মু'মিনদের জন্য একটি অপরিহার্য কর্তব্য। এছাড়া কুরআন ও হাদিস শরীফে বর্ণিত শব্দসমূহ তথা 'তাযকিয়া', 'ক্বালবে সালিম', 'তাসফিয়া' ও 'নূরুল্লাহ' অনুরূপ অর্থবোধক। সুতরাং এসব থেকেই 'তাসাওউফ' (আত্মশুদ্ধির জ্ঞান) বা 'তরিকাত' (আত্মশুদ্ধির রাস্তা) শব্দদ্বয়ের উৎপত্তি হয়েছে।

তাসাওউফ আদম (আঃ) এর সময় থেকেই ছিলো

ইরশাদ হয়েছে:

فَتَلَقَّى آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ * إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ

-অতঃপর হযরত আদম (আঃ) স্বীয় পালনকর্তার কাছ থেকে কয়েকটি কথা শিখে নিলেন। এরপর আল্লাহ পাক তাঁর প্রতি (করুণাভরে) লক্ষ্য করলেন। নিশ্চয়ই তিনি মহাক্ষমাশীল ও দয়ালু। (বাক্বারাহ (২) : ৩৭)

উক্ত পবিত্র আয়াতের ব্যাখ্যায় সাঈদ বিন জুবায়ির, মুজাহিদ ও হাসান বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহিম বলেন:

-এই আয়াত দ্বারা ইঙ্গিত করা হয়েছে, আদম ও হাওয়া (আঃ) এর তাওবাহর প্রতি। যথা:

قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِنْ لَمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ

-(তাঁরা উভয়ে বললেন) হে আমাদের পালনকর্তা! আমরা নিজেদের প্রতি জুলুম করেছি। যদি আপনি আমাদেরকে ক্ষমা না করেন এবং আমাদের প্রতি অনুগ্রহ না করেন, তবে আমরা অবশ্যই ধ্বংস হয়ে যাব। (আ'রাফ (৭) : ২৩)

উল্লেখ্য যে, তাসাওউফ তথা আত্মশুদ্ধির সাধনার শুরুই হয় তাওবাহ্‌র মাধ্যমে। একজন যোগ্য শায়খের হাতে বাইআত গ্রহণের অর্থ হচ্ছে,

আন্তরিকভাবে আল্লাহ্র নিকট তাওবাহ্ করাসহ দ্বীনের ঈমান-আমলের ওপর নিজেকে নিয়োজিত রাখার অঙ্গীকার। সুফিয়ায়ে কিরাম এটাও বলেছেন, সুলুকের প্রতিটি মাক্বামের শুরু হচ্ছে তাওবাহ্।

তাসাওউফের জ্ঞান দ্বারাই তরিকাতের রাস্তায় চলমান ব্যক্তি (সালিক) নিজের মাক্বামাত বা অবস্থানসমূহ সম্পর্কে অবগত হতে পারেন। অবশ্য সালিকের মাক্বামাত সম্পর্কে তার শায়খ (পীর) সর্বাধিক বেশি জ্ঞাত থাকেন। তিনি মুরিদের অবস্থান মুতাবিক আত্মশুদ্ধির জন্য জিকির আজকার ও মুরাক্বাবার উপযুক্ত ছবক দিবেন।

একজন শায়খ বা পীরের প্রয়োজনীয়তা

এ বইয়ে যুগ যুগ ধরে মাশাইখে আজম কর্তৃক মানবদেহের মধ্যে আধ্যাত্মিক একাধিক সূক্ষ্ম স্থানসমূহ তথা লাতাইফের পরিচিতি ও ওগুলোর দিকে ধ্যানস্থ হয়ে জিকির-মুরাক্বাবার নিয়ম-পদ্ধতি নিয়ে আলোচনা হয়েছে। তরিকাতের শায়খরা বলেন, কাঙ্ক্ষিত মাক্বামে পৌঁছুনো একজন মুরিদ গ্রহণ করার যোগ্যতাসম্পন্ন হক্কানী শায়খ বা পীরের (পথপ্রদর্শক) দিকনির্দেশা ছাড়া একাকী সম্ভব নয়।

মোটকথা একজন সুদক্ষ গাইড বা পীরের হাতে বাইআত গ্রহণ করে তরিকাতের সালিক হতে হবে। মনে করুন, আপনি দূরের কোনো অপরিচিত স্থানে প্রথমবারের মতো যাত্রা করবেন। ঐ স্থানে গিয়েছেন এমন কোনো ব্যক্তি আপনার সাথে থাকলে অনায়াসে গন্তব্যে পৌঁছুতে পারবেন। অনুরূপ সুলুকের পথে ভ্রমণ করার জন্যও একজন পীরের প্রয়োজন যিনি ইতোমধ্যে মাক্বামে মাকসুদে পৌঁছুয়েছেন। তিনি এ রাস্তা সম্পর্কে সম্যক অবগত। আপনাকে তিনি ঐ মাক্বামে পৌঁছুনোর উপায়-উপাত্ত প্রশিক্ষণ দেবেন। এতে আশা করা যায়, কাঙ্ক্ষিত মাক্বামে আপনিও মুর্শিদের মত উপনীত হতে পারবেন।

পীরের সুহবত

নিজের পীরের সঙ্গলাভ বা সুহবত গ্রহণ যে কোনো সালিকের জন্য অবশ্যকরণীয়। সুহবতের মাধ্যমে পীরের উত্তম চারিত্রিক বৈশিষ্ট ও ঈমান-আমল মুরীদের উপর প্রভাব বিস্তার করে ও প্রতিস্থাপিত হয়ে থাকে। এছাড়া পীর সাহেব তাঁর মুরিদের হাল বা অবস্থা অবগত হবেন সুহবতের মাধ্যমে। তিনি তখন উপযুক্ত আমল তথা জিকির মুরাক্বাবার সবক দিয়ে মুরীদকে অগ্রসর হতে সাহায্য করবেন। সুতরাং তরিকাতের রাস্তায় ভ্রমণে আন্তরিক যে কোনো সালিককে যতো বেশি সম্ভব পীরের সুহবতে থাকার চেষ্টা করতে হবে।

আমাদের প্রিয় নবী হযরত মুহাম্মদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাঁর আসহাবে কিরাম রিদ্বওয়ানুল্লাহি তা'আলা আজমাঈনকে স্বয়ং নিজেই প্রয়োজনীয় আধ্যাত্মিক প্রশিক্ষণের মাধ্যমে তাঁদেরকে ঈমান-আমলে উৎকৃষ্ট ও সর্বোত্তম চরিত্র-মাধুর্যে পরিণত করেছিলেন। আসহাবে কিরাম ছিলেন আকাশের একেকটি তারকাসদৃশ। তাঁরা সবাই রাসূলে করীম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের পবিত্র সুহবত লাভে ধন্য হোন। আরোহণ করেন হাদিসে জিব্রাইলে বর্ণিত 'ইহসানের' মাক্বামে। অনুরূপ হক্কানী শায়খ বা মুর্শিদের ওয়াসিলায় এ যুগেও কোনো ভগ্যবান ব্যক্তি লাভবান হতে পারেন। তাই বলা হয়: প্রথমে পীর ধরো তারপর রাস্তা বের করো।

তাসাওউফের মাধ্যমে উপকৃত হতে কামিল শায়খের মুরিদ হওয়ার বিকল্প নেই। বিশেষকরে এ থেকে নিম্নোক্ত কয়েকটি উপকার পাওয়া যায়:

১. কামিল শায়খের উত্তম চরিত্র-মাধুর্য ক্রমান্বয়ে সালিকের মধ্যে বিকশিত হয়।

২. ইবাদত-বন্দেগী ও জিকির-আজকার স্থায়ী হয়।

৩. ভালো আমলের প্রতি আকর্ষণ সৃষ্টি হয়।

৪. দিলের মধ্যে আল্লাহর মুহাব্বত পয়দা হয়।

আল্লাহর অনুগ্রহ লাভ ও তা স্থায়ী করার উদ্দেশ্যে প্রসিদ্ধ চারটি তরিকা তথা- (১) চিশতিয়া, (২) কাদিরিয়া, (৩) সুহরাওয়ার্দিয়া ও (৪) নক্শবন্দিয়ার মাশাইখে আজম বিশেষ নিয়ম-নীতি প্রচলিত করেন। এসব বিভিন্ন তরিকায় জিকির-সুগল ও ধ্যান-মুরাক্বাবা ইত্যাদির মধ্যে পদ্ধতিগত পার্থক্য থাকলেও মূল উদ্দেশ্য একই- আত্মশুদ্ধির মাধ্যমে আল্লাহ তা'আলার অনুগ্রহ অর্জন।

চার তরিকার সংক্ষিপ্ত পরিচিতি

বর্তমানে বিভিন্ন নামে প্রচুর তরিকার কথা শুনা যায়। কিন্তু অধিকাংশ লেখক গবেষকের মতে হুজুরে পাক সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের দু'জন সাহাবীর (রাঃ) মাধ্যমে সকল তরিকার উৎপত্তি হয়। এরা হলেন হযরত আলী ইবনে আবিতালিব (রাঃ) ও হযরত আবুবকর সিদ্দীক (রাঃ)। তাঁদের থেকে চারটি মূল সিলসিলার আবির্ভাব ঘটে। পরবর্তিতে এগুলোর নামকরণ হয় চিশতিয়া, কাদিরিয়া, সুহরাওয়ার্দিয়া ও নক্শবন্দিয়া। প্রথমোক্ত নামটি আসে আফগানিস্তানের চিশ্‌ত নামক ছোট্ট একটি শহরের নামানুসারে। শেষোক্ত তিনিটি তরিকার প্রতিষ্ঠাতা শায়খদের নামানুসারে প্রচলিত হয়।

চিশতিয়া তরিকার সংক্ষিপ্ত ইতিহাস ও পরিচিতি

অধিকাংশ ইতিহাসবিদের মতে সর্বাপেক্ষা পুরাতন সুফি তরিকা হলো চিশতিয়া। তবে অন্যান্য হক্কানী সুফি তরিকার সঙ্গে চিশতিয়া তরিকার মিল বিদ্যমান। আজকের বিশ্বের শতাধিক সুফি তরিকাপন্থী মানুষ মরক্কো থেকে চীন পর্যন্ত বিস্তৃত আছেন। ইসলামের ইতিহাসের ১৪০০ বছরব্যাপী সুফিতত্ত্ব তথা ইলমে তাসাওউফ মুসলিম জনগোষ্ঠির মধ্যে বিরাট প্রভাব ও ভূমিকা রেখে আসছে। তাসাওউফকে সঠিকভাবে অনুধাবন না করে অনেকেই যুগ যুগ ধরে একে বিদআত, পথভ্রষ্টতা, বাতিল এমনকি কুফরী বলতেও দ্বিধা করেন নি। কিন্তু 'ইসলাহুন নাফস' এর গুরুত্বপূর্ণ কাজ সাধনে জড়িত ইসলামের সঠিক আধ্যাত্মিকতা তথা সুফিতত্ত্ব তার স্বস্থানে স্বগৌরবে ঠিকে আছে এবং বৃহত্তর মুসলিম উম্মার হিদায়াতের সূত্র হিসাবে সর্বত্র খিদমাত আঞ্জাম দিয়ে যাচ্ছে।

তরিকার উৎপত্তি

চিশতিয়া তরিকা ৯৩০ ঈসায়ী সালে আফগানিস্তানের হিরাত অঞ্চলে আত্মপ্রকাশ করে। চিশত নামক একটি ছোট্ট শহরে এর উৎপত্তি। অধিকাংশ গবেষকের মতে চিশতিয়া তরিকার প্রতিষ্ঠাতা ছিলেন বর্তমান সিরিয়া (শাম্) অঞ্চল থেকে আগত মহাত্মন এক সুফি ওলিআল্লাহ হযরত আবু ইসহাক শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি। কথিত আছে হযরত শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি একদা বাগদাদে অবস্থানরত তাঁর মুর্শিদ হযরত খাজা মুমশাদ আলী দিনাওয়ারী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির দরবারে উপস্থিত থাকাকালে খাজা সাহেব জিজ্ঞেস করলেন, "হে তরিকাতের সালিক! তোমার নামটি কি বলো?" তিনি জবাব দিলেন, আমার নাম আবু ইসহাক শামী। খাজা সাহেব বললেন, "আজ থেকে তোমার নাম হবে আবু ইসহাক শামী চিশতি। আর তোমার পরে যে কেউই এই সিলসিলার সদস্য হবে সেও চিশতি নামে পরিচিত হবে।" সুতরাং স্বীয় মুর্শিদের নির্দেশে হযরত আবু ইসহাক শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি আফগানিস্তানের হিরাতে এসে চিশত নামক জনপদে বসবাস শুরু করেন।

হযরত শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি ঈসায়ী দশম শতকে চিশত শহরে এসে তাসাওউফচর্চা শুরু করেছিলেন। এই শহরটি হিরাত থেকে ৯৫ মাইল পূর্বে অবস্থিত। স্থানীয় আমীরের পুত্র আবু আহমদ আবদাল চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি হযরত আবু ইসহাক শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির বিশিষ্ট খলিফা ছিলেন। হযরত শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি স্বীয় খলিফার উপর দায়িত্ব অর্পণ করে স্বদেশে প্রত্যাবর্তন করেন। পরে হযরত আবদাল চিশতির নেতৃত্বে '**চিশতিয়া তরিকা**' হিরাত অঞ্চলে জনপ্রিয় হয়ে ওঠে।

গরীবে নেওয়াজ হযরত খাজা মুঈনুদ্দীন চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি এই তরিকার সর্বাপেক্ষা প্রসিদ্ধ ওলিআল্লাহ। তিনি ঈসায়ী ত্রয়োদশ শতকে ভারতের আজমীরে এসে স্থায়ীভাবে বসবাস শুরু করেন। কথিত আছে একদা তিনি স্বপ্নযোগে হযরত মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের সাক্ষাৎ লাভ করেন। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাঁকে হিন্দুস্থানে এসে ইসলাম প্রচারের নির্দেশ দেন।

প্রাথমিক যুগের এই তরিকার অন্যান্য মহাত্মন সুফি অলিআল্লাহদের মধ্যে খাজা মাওদুদ চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, খাজা উসমান হারুনী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, কুতুবুদ্দীন বখতিয়ার কাকী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, ফরিদুদ্দীন মাসউদ গঞ্জেশকর রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, নিযামুদ্দীন আওলিয়া রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, আলাউদ্দীন আলী আহমদ সাবির কালিয়ারী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি, মুহাম্মদ বাদশা কাদিরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি এবং আশরাফ জাহাঙ্গীর সিমনানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির নাম এখানে উল্লেখযোগ্য।

চিশতিয়া তরিকার বৈশিষ্ট্য

এই তরিকা ‘ইশ্‌কে ইলাহী’ বা আল্লাহপ্রেমের উপর বিশেষ গুরুত্বারোপ করে থাকে। তরিকার সিলসিলা অবশ্যই আমীরুল মু’মিনীন হযরত আলী ইবনে আবি তালিব রাদ্বিআল্লাহু আনহুর মাধ্যমে প্রিয় নবীজী হযরত মুহাম্মাদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম পর্যন্ত গিয়ে পৌঁছেছে। আমরা পরবর্তীতে তরিকার পূর্ণ শাজারা লিপিবদ্ধ করবো।

নিম্নোক্ত ১০টি বিষয়ের উপর এই তরিকা বিশেষ নজর দিয়ে থাকে

১. শরীয়তের পরিপূর্ণ অনুসরণ।

২. স্বীয় শায়খ বা পীরের প্রতি পূর্ণ আনুগত্য ও তাঁর নির্দেশ বিনাপ্রশ্নে মানা।

৩. দুনিয়াদারিত্বের প্রতি অনীহা।

৪. জাগতিক ক্ষমতার লোভ থেকে দূরে থাকা।

৫. গরীব-দুঃখীদের পাশে এসে দাঁড়ানো।

৬. মানবতার সেবা করা।

৭. অন্যান্য সুফি তরিকার প্রতি সহিঞ্চুতা ও সম্মান প্রদর্শন।

৮. একমাত্র সৃষ্টিকর্তার উপর ভরসা, সৃষ্ট বস্তুর প্রতি ভরসা না করা।

৯. কোন কাশফ-কারামত প্রকাশ পেলে তার প্রতি ভ্রূক্ষেপ না করা।

১০. নিজের হালত একমাত্র স্বীয় পীরের নিকট ছাড়া অন্য কারোর কাছে প্রকাশ না করা।

প্রাথমিক যুগে চল্লিশ দিনের 'চিল্লা' পালনের নিয়ম ছিলো। দীর্ঘ চল্লিশ দিন একাকী থেকে আল্লাহর জিকির-মুরাকাবা ও ইবাদতের মধ্যে মশগুল থাকাকে চিল্লা বলে। আধুনিক যুগে চিল্লা পালনের প্রতি আগ্রহ তেমন বেশী আর অবশিষ্ট থাকে নি। চিল্লা পালনের সময় বেঁচে থাকার জন্য জরুরী রসদ-পত্র ছাড়া আর কিছুই সাথে রাখার নিয়ম নেই। মোটকথা দুনিয়ার আকর্ষণ ও চাকচিক্য থেকে নিজেকে দূরে রেখে একমনে আল্লাহর ইবাদতে রত থাকার জন্যই চিল্লা পালন করা হতো। অতীতে চিশতিয়া তরিকায় উচ্চাঙ্গের প্রেমের কবিতা তথা 'সামা' শ্রবণ বৈধ ছিলো। কিন্তু পরবর্তীতে এটাও পরিহার করা হয়।

দক্ষিণ এশিয়ায় চিশতিয়া তরিকা

বর্তমানে এই তরিকার পীর-মুরীদের সংখ্যা আফগানিস্তান, ভারত, পাকিস্তান ও বাংলাদেশে বেশী। এই অঞ্চলে চারটি প্রসিদ্ধ তরিকা তথা চিশতিয়া, কাদিরিয়া, সুহরাওয়ার্দিয়া ও নকশবন্দিয়া তরিকার মধ্যে সর্বাপেক্ষা পুরাতন তরিকা হলো চিশতিয়া। এর প্রমাণ হিসাবে খাজা মুঈনুদ্দীন চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহির আগমন ও তরিকার গোড়াপত্তন যথেষ্ট বলে আমাদের ধারণা। দ্বাদশ ঈসায়ী শতকে তাঁর আগমনের পূর্বে অন্য তিনটি সুফি তরিকা অত্র অঞ্চলে প্রতিষ্ঠিত ছিলো বলে কোন প্রমাণ মিলে না। খাজা মুঈনুদ্দীন চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি তরিকার প্রতিষ্ঠাতা হযরত আবু ইসহাক শামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির অষ্টম অধস্তন খলিফা ছিলেন।

ভারতবর্ষে হযরত ফরিদুদ্দীন মাসউদ গঞ্জেশকর (বাবা ফরিদ) রাহমাতুল্লাহি আলাইহির পরে দক্ষিণ এশিয়ায় চিশতিয়া তরিকা দু'টি উপশাখায় বিভক্ত হয়ে যায়। উভয় শখাই তাঁর দু'জন বিশিষ্ট খলিফার নামানুসারে পরিচিত হয়ে ওঠে। এ শাখা দু'টি হলো চিশতিয়া নিযামিয়া (হযরত নিযামউদ্দীন আওলিয়ার নামানুসারে) এবং চিশতিয়া সাবিরিয়া

(হযরত আলাউদ্দীন সাবির কালিয়ারীর নামানুসারে)। নিযামিয়া শাখার প্রসিদ্ধ শায়খদের মধ্যে নাসিরুদ্দীন চেরাগে দেহলভী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি এবং খাজা বন্দে নেওয়াজ রাহমাতুল্লাহি আলাইহির নাম এখানে বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য। প্রথম শায়খ নিযামউদ্দীন আওলিয়া রাহমাতুল্লাহি আলাইহির খলিফা এবং দ্বিতীয় শায়খ চেরাগে দেহলভী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির তরিকাতের খলিফা ছিলেন। তবে এই মূল দু'টি উপশাখা থেকে পরবর্তীতে আরোও একাধিক প্রশাখার উদ্ভব ঘটে।

ঈসায়ী সপ্তদশ শতকে বেশিরভাগ নতুন প্রশাখা আত্মপ্রকাশ করে। এসব শাখা-প্রশাখার মূল কারণ ছিলো একাধিক উচ্চ পর্যায়ের ওলিআল্লাহদের আবির্ভাব এবং তাঁদের কর্তৃক সুফি তরিকাসমূহের মধ্যে সমন্বয় সাধনের প্রচেষ্টা। এছাড়া চিশতিয়া তরিকার জিকির-মুরাকাবা ও অন্যান্য ইবাদাত পদ্ধতি ইত্যাদির সংস্কারের প্রয়োজন জরুরী মনে করে মাশাইখরা তৎপর হয়ে ওঠেন। সপ্তদশ, অষ্টাদশ ও উনবিংশ ঈসায়ী শতকে যেসব নতুন উপশাখার জন্ম নেয় তার একটি তালিকা নিম্নে লিপিবদ্ধ করা হলো।

১. চিশতিয়া নিযামিয়া আশরাফিয়া তরিকা: প্রতিষ্ঠাতা হযরত আশরাফ জাহাঙ্গীর সিমনানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি। এটা চিশতিয়া নিযামিয়া শাখার আরেকটি উপশাখা।

২. চিশতিয়া সাবিরিয়া ইমদাদিয়া তরিকা: হযরত নূর মুহাম্মদ ঝানঝানাওয়ী রাহমাতুল্লাহি আলাইহির খলিফা হযরত হাজী ইমদাদুল্লাহ মুহাজিরে মক্কী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি এই শাখার প্রতিষ্ঠাতা। এটা মূলত চিশতিয়া সাবিরিয়া তরিকার উপশাখা।

৩. চিশতিয়া কাদিরিয়া নিযামিয়া নিয়াযিয়া তরিকা: হযরত শাহ নিয়ায আহমদ রাহমাতুল্লাহি আলাইহি এই উপশাখার প্রতিষ্ঠাতা। তিনি মূল চিশতিয়া নিযামিয়া তরিকায় সুফি তরিকার আরেক প্রধান শাখা কাদিরিয়া তরিকাকেও একত্রিত করার প্রয়াস পান।

৪. চিশতিয়া নিযামিয়া হাবিবিয়া তরিকা: হিজরী ত্রয়োদশ শতকে খাজা হাবীব আলী শাহ রাহমাতুল্লাহি আলাইহি কর্তৃক ভারতের হায়দরাবাদে এই তরিকার উদ্ভব ঘটে। এটাও চিশতিয়া নিযামিয়া তরিকার একটি উপশাখা।

উপরের আলোচনা থেকে এটা স্পষ্ট যে, মূল চিশতিয়া তরিকা অনেকটি উপশাখায় বিভক্ত হয়েছে। উপরের চারটি উপশাখা ছাড়াও পরবর্তীতে চিশতিয়া, রশীদিয়া, কুদ্দুসিয়া, হুসাইনিয়া, সাবিরিয়া ইত্যাদি অনেক নামে 'শাজারাহ' প্রকাশ হতে দেখা যায়। আসলে এসব হওয়ার মূল কারণ হলো চিশতিয়াদের অন্যান্য সুফি তরিকার সঙ্গে সংমিশ্রণ। এ কারণে উপমহাদেশের প্রসিদ্ধ চারটি তরিকার উপরই মুরীদদেরকে দীক্ষা দেওয়া হয়। এই চারটি হলো চিশতিয়া, সুহরাওয়ার্দিয়া, কাদিরিয়া ও নকশবন্দিয়া তরিকা। তবে এটা সত্য যে, মুরীদকে সাধারণত মূল তরিকার নিয়মানুসারেই প্রাথমিক জিকির-মুরাকাবার সবক দেওয়া হয়ে থাকে।

চিশতিয়া তরিকার সিলসিলা

সায়্যিদিল ক্বাওনাইন, খাতামুন নাবিয়্যিন হযরত মুহাম্মাদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম

আমীরুল মু'মিনীন হযরত আলী ইবনে আবি তালিব রাদ্বিআল্লাহু আনহু

হযরত শায়খ হাসান বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আব্দুল ওয়াহিদ বিন যায়িদ আবুল ফজল রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ খাজা ফুযাইল বিন আয়াজ রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ সুলতান ইব্রাহীম বিন আদহাম বলখী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ হুজাইফা মারআ'শী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ খাজা আবু হুবাইরাহ বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ মুমশাদ দিনাওয়ারী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ খাজা আবু ইসহাক শামী চিশতি
রাহমাতুল্লাহি আলাইহি (তরিকার প্রতিষ্ঠাতা)

হযরত শায়খ খাজা আবু আহমদ আবদাল চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা আবু মুহাম্মদ চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা আবু ইউসুফ বিন সাম'আন হুসাইনী চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা মাওদুদ চিশতি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা শরীফ জিন্দানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা উসমান হারুনী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ খাজা মুঈনুদ্দীন চিশতি আজমিরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ কুতুবউদ্দীন বখতিয়ার কাকী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ ফরিদউদ্দীন গঞ্জেশকর রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

কাদিরিয়া তরিকা

কাদিরিয়া তরিকার প্রতিষ্ঠাতা ছিলেন শায়খ আবদুল কাদির জিলানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি (১০৭৭-১১৬৬ ঈসায়ী)। প্রতিষ্ঠার পরবর্তী সময়ে অন্যান্য তরিকার মতো কাদিরিয়া তরিকারও অনেক শাখা-প্রশাখার আবির্ভাব হয়।

বর্তমানে ভারত, বাংলাদেশ, চীন, তুর্কি, ইন্দোনেশিয়া, আফগানিস্তান, পাকিস্তান, রাশিয়া, ফিলিস্তিন ও উত্তর এবং দক্ষিণ আফ্রিকায় কাদিরিয়া তরিকাপন্থী বিদ্যমান আছেন।

কাদিরিয়া তরিকায় জিকরুল্লাহ

হযরত আবদুল কাদির জিলানী রাহিমাহুল্লাহ আল্লাহ তা'আলার তেরোটি গুনবাচক নাম নিয়ে যিকির করার শিক্ষা দিয়েছেন। এসব প্রত্যেক নামের মধ্যে বিশেষ বৈশিষ্ট্য ও পরিস্থিতি বিদ্যমান। প্রথম সাতটি নাম হচ্ছে মূল এবং বাকি ছয়টি এগুলোর শাখা।

কালিমা তায়্যিবাহসহ ৭টি জিকির নিম্নরূপঃ

১. **“লা ইলাহা ইল্লাল্লাহ”**- এ পবিত্র কালিমার আলোর রং নীল, এ কালিমার অবস্থান বুকের মধ্যে। এ কালিমা **১** লক্ষবার জিকির করতে হবে।

২. **“আল্লাহ”**- আল্লাহর এ পবিত্র যাত নামকে ইসমে জলিল বলে। এ পবিত্র নামের আলোর রং হলুদ, এ নামের অবস্থান হৃৎপিণ্ডের ভেতরে। এ পবিত্র নাম ৭৮,৫৮৬ বার জিকির করতে হবে।

৩. **“হু”**, (তিনি): এ পবিত্র নামের আলোর রং লাল। এ নাম জপতে হবে ৪৪,৬৩০ বার।

৪. **“হাইয়্যু”**, (চিরঞ্জীবী): এ পবিত্র নামের আলোর রং সাদা এবং জপতে হবে ২০,০৯২ বার।

৫. **“উয়াহিদ”** (এক আল্লাহ): এ পবিত্র নামের আলোর রং সবুজ। এ নাম জপতে হবে ৯৩,৪২০ বার।

৬. **“’আযিজ”**, (প্রিয় বা মহার্ঘ আল্লাহ): এ নামের আলোর রং কালো। এ পবিত্র নাম জপতে হবে ৭৪,৬৪৪ বার।

৭. **“ওয়াদুদ”**, (প্রেমময় আল্লাহ): এ নামের আলো রংহীন। এ পবিত্র নাম জপতে হবে ৩০,২০২ বার।

অতীতে কাদিরিয়া তরিকার একটি আইন ছিলো যে, কাউকে কাদিরী শায়খ হতে হলে, উপরোক্ত ৭টি জিকির এদের সংখ্যা মুতাবিক পালন করতেই হবে। খিলাফতপ্রাপ্ত শায়খকে আল্লাহর আরো ৬টি গুনবাচক নামের জিকির করা জরুরী ছিলো। এগুলো হলো: **“হাক্কু”** (মহাসত্য), **“ক্বাহহারু”** (প্রতিকারী), **“ক্বায়্যিউমু”** (চিরস্থায়ী), **“ওয়াহহাবু”** (প্রদানকারী), **“মুহাইমিনু”** (রক্ষাকারী) এবং **“বাসিতু”** (প্রসারণকারী)।

প্রতিষ্ঠাতা পর্যন্ত কাদিরিয়া তরিকার সিলসিলা

সায়্যিদিল মুরসালীন, খাতামুন্নাবিয়্যিন হযরত মুহাম্মদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম

হযরত আলী ইবনে আবি তালিব রাদ্বিআল্লাহু আনহু

হযরত শায়খ হাসান বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ হাবিব ইবনে মুহাম্মদ আজমী বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ দাউদ তায়ী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ মা'রুফ ইবনে ফিরুজ কারখী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ আবুল হাসান সিররি ইবনে মুগলিস সাক্বাতী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ আবুল ক্বসিম জুনাইদ বাগদাদী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ আবু বকর শিবলী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ আবদুল আজিজ বিন আসাদ ইয়ামনী তামিমী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত আবুল ফজল আবদুল ওয়াহিদ ইয়ামনী তামিমী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ মুহাম্মদ ইউসুফ আবুল ফারাহ তারতুসী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ ইব্রাহিম আবুল হাসান আলী বিন মুহাম্মদ হাসিমী হানকারী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ আবু সাঈদ মুবারক মুখাররিমী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি
হযরত শায়খ সাইয়্যিদ মুহিউদ্দীন আবদুল ক্বাদির জিলানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

নকশবন্দিয়া তরিকা

নকশবন্দিয়া তরিকার প্রতিষ্ঠাতা ছিলেন উজবেকিস্তানের বুখারার অধিবাসী হযরত শায়খ বাহাউদ্দিন নকশবন্দ বুখারী রাহিমাহুল্লাহ (১৩১৮-১৩৮৯ ঈসায়ী)। অন্যান্য তরিকার মতো নকশবন্দিয়া তরিকাও বিভিন্ন শাখা-প্রশাখায় বিভক্ত হয়েছে। যেমন হযরত উবাইদুল্লাহ আহরার রাহিমাহুল্লাহর (১৪০৪-১৪৯০ ঈসায়ী) নামানুসারে প্রতিষ্ঠিত নকশবন্দিয়া আহরারিয়া, হযরত আহমদ সিরহিন্দী মুজাদ্দিদে আলফে সানী রাহিমাহুল্লাহর (১৫৬৪-১৬২৫ ঈসায়ী) নামানুসারে প্রতিষ্ঠিত নকশবন্দিয়া মুজাদ্দিদিয়া, শামসুদ্দিন মির্জা মাজহার জান-ই-জানান রাহিমাহুল্লাহর (১৬৯৯-১৭৮১

ঈসায়ী) নামানুসারে প্রতিষ্ঠিত নকশবন্দিয়া মাজহারিয়া এবং মাওলানা খালিদ রাহিমাহুল্লাহর (১৭৭৯-১৮২৭ ঈসায়ী) নামানুসারে প্রতিষ্ঠিত নকশবন্দিয়া খালিদিয়্যা তরিকা।

১১টি নকশবন্দি শিক্ষা

নকশবন্দিয়া তরিকার ১১টি শিক্ষা আছে। তরিকার সালিকদের এগুলো অনুসরণ করতে তাগিদ দেওয়া হয়। প্রথম আটটি শিক্ষার প্রতিষ্ঠাতা ছিলেন নকশবন্দিয়া শায়খ হযরত আবদুল খালিক গুজদাওয়ানী রাহিমাহুল্লাহ। বাকি তিনটি শিক্ষা যোগ করেন তরিকার প্রতিষ্ঠাতা হযরত বাহাউদ্দিন নকশবন্দ রাহিমাহুল্লাহ। এই এগারোটি শিক্ষা হচ্ছে:

১. ইয়াদ কারদ (জিকির): মৌখিক ও আন্তরিক জিকরুল্লাহ জারি রাখা।

২. বায গ্বাশ্‌ত (নিয়ন্ত্রণ): তাওহিদের ওপর সর্বদা নিবদ্ধ থাকা এবং কালিমা তায়্যিবাহ 'লা- ইলা-হা ইল্লাল্লাহ' জিকির অন্তরে জারি করা।

৩. নেগা দাশ্‌ত (সতর্কতাবলম্বন): বাজে চিন্তার ব্যাপারে সতর্কতাবলম্বন।

৪. ইয়াদ দাশ্‌ত (স্মরণ): আল্লাহর উপস্থিতি তথা জাওক্ব এর ওপর গুরুত্ব দেওয়া।

৫. হুঁশ দার দম (প্রত্যেক শ্বাস-নিশ্বাসের প্রতি হুঁশ থাকা): শ্বাস-নিঃশ্বাসে আল্লাহর স্মরণ থাকা।

৬. সফর দার ওয়াতান (নিজের দেশের দিকে ভ্রমণ): নিন্দাযোগ্য অবস্থা থেকে প্রশংসাযোগ্য অবস্থায় ভ্রমণ।

৭. নযর বার কদম (প্রত্যেক কদমের ব্যাপারে দৃষ্টি রাখা): কাঙ্ক্ষিত মাক্বামে পৌঁছুতে দৃঢ় থেকে আগোয়ান হওয়া।

৮. খালওয়াত দার আঞ্জুমান (মানুষের মধ্যে থেকেও নির্জনতা অবলম্বন): আল্লাহ পর্যন্ত ভ্রমণ হবে আভ্যন্তরীণ।

৯. উকুফ-ই-জামানি (সময়গত বিরতি): কোন্ সময়ে কী করা হচ্ছে তার হিসাব রাখা।

১০. উকুফ-ই-আদাদি (সাংখ্যিক বিরতি): জিকির যেনো বিজোড় সংখ্যায় হয়।

১১. উকুফ-ই-কালবি (হৃৎপিণ্ডের বিরতি): আল্লাহর পবিত্র নাম হৃৎপিণ্ডের ভেতরে অঙ্কিত থাকার ধারণা করা এবং এটাও জেনে নেওয়া যে, আল্লাহর উপস্থিতি ছাড়া হৃদয় চেতনাহীন।

প্রতিষ্ঠাতা পর্যন্ত নকশবন্দিয়া তরিকার সিলসিলা

১. সায়্যিদিল মুরসালীন, খাতামুন্নাবিয়্যিন হযরত মহাম্মদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম।

২. খলিফাতুর রাসূলুল্লাহ হযরত আবু বকর সিদ্দীক রাদ্বিআল্লাহু আনহু।

৩. হযরত সালমান ফারসী রাদ্বিআল্লাহু আনহু।

৪. হযরত শায়খ ক্বাসিম বিন মুহাম্মদ বিন আবু বকর রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

৫. হযরত শায়খ জাফর সাদিক্ব রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

৬. হযরত শায়খ বায়িজিদ বিস্তামী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

৭. হযরত শায়খ আবুল হাসান খারক্বানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

৮. হযরত শায়খ আবু আলী ফারমাদী তুসী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

৯. হযরত শায়খ খাজা আবু ইয়াকুব ইউসুফ হামাদানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১০. হযরত শায়খ খাজা আবদুল খালিক গুজদাওয়ানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১১. হযরত শায়খ খাজা আরিফ রায়গড়ী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১২. হযরত শায়খ খাজা মাহমুদ আনজির ফাগনুউই রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১৩. হযরত খাজা আলী রামিতানী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১৪. হযরত খাজা মুহাম্মদ বাবা সামাসী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১৫. হযরত খাজা সায়্যিদ আমীর কুলাল রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

১৬. হযরত খাজা শায়খ বাহাউদ্দীন নক্‌শবন্দ রাহমাতুল্লাহি আলাইহি।

সুহরাওয়ার্দিয়া তরিকা

সুহরাওয়ার্দিয়া সুফি তরিকার প্রতিষ্ঠাতা ছিলেন বর্তমান ইরানের অন্তর্গত সুহরাওয়ার্দ শহরে জন্ম নেওয়া ওলিআল্লাহ হযরত জিয়াউদ্দিন আবু নাজিব সুহরাওয়ার্দি [১০৯৭-১১৬৮ ঈ.] রাহিমাহুল্লাহ। মহাত্মন ইমাম গাযালী [১০৫৮-১১১১ ঈ.] রাহিমাহুল্লাহর ছোট ভাই শায়খ আহমদ গাযালী [১০৬১-১১২৬ ঈ.] রাহিমাহুল্লাহ ছিলেন তাঁর মুর্শিদ। তবে সুহরাওয়ার্দিয়া তরিকাকে সুপ্রতিষ্ঠিত ও জনপ্রিয় করে তুলেন আবু নাজিব রাহিমাহুল্লাহর ভাতিজা ও তরিকতের খলিফা হযরত শিহাবুদ্দিন আবু হাফস উমর সুহরাওয়ার্দি [১১৪৫-১২৩৪ ঈ.] রাহমাতুল্লাহি আলাইহি। ইরাক, আফগানিস্তান ও ভারতবর্ষে সুহরাওয়ার্দিয়া সুফি তরিকা তাঁরই বিভিন্ন খলিফার মাধ্যমে প্রসার লাভ করে। উপমহাদেশে যে দুজন ওলির মাধ্যমে সুহরাওয়ার্দিয়া তরিকার গোড়াপত্তন হয় তাঁরা হচ্ছেন হযরত শায়খ বাহাউদ্দিন জাকারিয়া মুলতানী [১১৭০-১২৬২ ঈ.] ও হযরত শায়খ জালালুদ্দিন সুরখ-পশ বুখারী [১১৯৯-১২৯২ ঈ.] রাহমাতুল্লাহি আলাইহিমা। উভয়েই ছিলেন শায়খ শিহাবুদ্দিন উমর সুহরাওয়ার্দি রাহমাতুল্লাহি আলাইহির বিশিষ্ট খলিফা।

সুহরাওয়ার্দি সিলসিলার শায়খ ও মুরিদগণ বাকি তিনটি প্রসিদ্ধ হক্কানী সিলসিলার মতো শরীয়তের ওপর সম্পূর্ণ আনুগত্যশীল ও রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের সুন্নাত অনুসরণে খুবই পাওবন্দ ছিলেন এবং এখনও আছেন। ভারতবর্ষে উপরে উল্লিখিত দুজন বুজুর্গ কর্তৃক মুলতান এবং উচ্ শহরে প্রতিষ্ঠিত হয় সুহরাওয়ার্দি খানক্বাহ।

শায়খ শিহাবুদ্দিন উমর সুহরাওয়ার্দি রাহিমাহুল্লাহ অতিরিক্ত ‘খিলওয়াত’ [নির্জনবাস] ও নফল রোযা রাখাকে অগ্রাধিকার দেন নি। তিনি সমকালীন শাসকদের সঙ্গেও সম্পর্ক বজায় রাখতেন। বাগদাদের খলিফাগণ তাঁকে বিভিন্ন অঞ্চলে সংঘাত নিরসনে দূত হিসেবে প্রেরণ করতেন। বাগদাদে হযরতের জন্য একটি প্রশস্ত মনোরম বাসস্থান তৈরি করে দেন খলিফা নাসির [১১৫৮-১২২৫ ঈ.]। এই খলিফার বিশেষ দূত হিসেবে

হযরত শিহাবুদ্দিন উমর সুহরাওয়ার্দি রাহিমাহুল্লাহ সে যুগের বিভিন্ন সুলতান ও রাজা-বাদশাহদের নিকট প্রেরিতে হয়েছিলেন। তিনি আতিথেয়তা গ্রহণ করেন মিশরের আইয়ুবী সুলতান মালিক আদিল ১ম [১১৪৫-১২১৮ ঈ.], বুখারার খোয়ারিজমের শাহ মুহাম্মাদ ২য় [১১৬৯-১২২০ ঈ.] এবং কনিয়ার সেলজুক শাসক আলাউদ্দিন কায়কোবাদ ১ম [১১৮৮-১২৩৭ ঈ.] প্রমুখের রাজপ্রাসাদে।

শায়খ শিহাবুদ্দিন আবু হাফস সুহরাওয়ার্দি রাহিমাহুল্লাহ তাসাওউফ শাস্ত্রের ম্যানুয়েল বা সারগ্রন্থ হিসেবে সুপরিচিত 'আওয়ারিফুল মা'আরিফ' গ্রন্থের রচয়িতা। সুহরাওয়ার্দি তথা সকল সুফি তরিকার শায়খ ও সালিকগন এ কিতাব থেকে উপদেশ গ্রহণ করে আসছেন যুগ যুগ ধরে। এ গ্রন্থে সুলুকের যাবতীয় দিকনির্দেনা ও চেষ্টা-সাধনার পথ ও পাথেয় পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে বর্ণিত হয়েছে প্রাঞ্জল আরবি ভাষায়।

সুহরাওয়ার্দি তরিকায় জিকির হচ্ছে আধ্যাত্মিক ব্যায়াম: আধ্যাত্মিক শুদ্ধিলাভের উপায় সুহরাওয়ার্দি শায়খগণ জিকরুল্লাহকে আধ্যাত্মিক ব্যায়াম হিসেবে চিহ্নিত করেছেন। জিকির-মুরাক্বাবা ও ধ্যান-সাধনার ক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট 'আদব' রক্ষা হচ্ছে এ তরিকার গুরুত্বপূর্ণ দিক। শায়খের দায়িত্ব হলো মুরিদদেরকে আদব শিক্ষা দেওয়া যাতে করে তারা আধ্যাত্মিক উপলব্ধি লাভে ধন্য হন। হযরত বাহাউদ্দিন জাকারিয়া মুলতানী রাহিমাহুল্লাহ বাগদাদে যেয়ে হযরত শায়খ শিহাবুদ্দিন উমর সুহরাওয়ার্দি রাহিমাহুল্লাহর মুরিদ হওয়ার পর প্রথমেই উক্ত 'জিকিরের আদব' শিখেছিলেন। মুলতানে ফিরে এসে তিনি 'খানক্বাহ' প্রতিষ্ঠা করেন। এখানে যারাই তাঁর মুরিদ হতে এসেছেন তাদেরকে তিনি উক্ত জিকিরের আদবের ওপর প্রথমেই সবক দিয়েছেন। তিনি বলতেন, 'জিকিরের আদবের প্রতি আনুগত্য মানেই আল্লাহ ও তাঁর শরীয়তের ওপর আনুগত্য। এটাই সকল সালিককে সাহায্য করে সবদিক থেকে। এরই মাধ্যমে সালিকের অন্তরে আল্লাহর মা'রিফাতের নূর পয়দা হবে।'

প্রতিষ্ঠাতা পর্যন্ত সুহরাওয়ার্দিয়া তরিকার সিলসিলা

সায়্যিদিল মুরসালীন, খাতামুন্নাবিয়্যিন হযরত মুহাম্মদ মুস্তফা সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম

হযরত আলী ইবনে আবি তালিব রাদ্বিআল্লাহু আনহু

হযরত শায়খ হাসান বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ হাবিব ইবনে মুহাম্মদ আজমী বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ দাউদ তায়ী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আবুল হাসান সিররি ইবনে মুগলিস সাক্বাতী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আবুল ক্বাসিম জুনাইদ বাগদাদী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আবু আলী আহমদ ইবনে মুহাম্মদ রুজবারী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আবু আলী হাসান ইবনে আহমদ কাতিব রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ খাজা আবু উনসান মাগরিবী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আবু বকর তুসী নাসসাজ রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ আহমদ গাযালী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ জিয়াউদ্দিন আবু নাজিব সুহরাওয়ার্দি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

হযরত শায়খ শিহাবুদ্দিন আবু হাফস উমর সুহরাওয়ার্দি রাহমাতুল্লাহি আলাইহি

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ
দশ লতিফা

সুফিয়ায়ে কিরামের মতে মানবদেহে চেতনার সূক্ষ্ম ১০টি স্থান আছে এগুলোকে লাতাইফ (একবচনে লতিফা) বলে। এ প্রসঙ্গে প্রথমে চিশতিয়া ও নকশবন্দিয়া তরিকানুযায়ী এই দশ লতিফার নাম ও মানবদেহের কোন কোন স্থানে এগুলো বিদ্যমান আছে তা তুলে ধরবো।

চিশতিয়া তরিকা মতে লাতাইফ

ক্বালব (হৃদয়) - বাম স্তনের দুই আঙ্গুল নীচে কিছুটা বুকের দিকে, রং- লাল।

রুহ (আত্মা) - বুকের মাঝখানে, রং সবুজ।

সির (গুপ্ত) - ডান স্তনের দুই আঙ্গুল নিচে কিছুটা বুকের দিকে, রং সাদা।

খাফি (লুকানো) - কপালের মাঝখানে, রং নীল।

আখফা (সর্বাধিক লুকানো) - মাথার তালু, রং কালো।

নাফ্স (নিজ) - নাভির নীচে, রং হলুদ।

আব (পানি) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।

আতশ (আগুন) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।

খাক (মাটি) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।

বাদ (বাতাস) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।

নকশবন্দিয়া তরিকা মতে লাতাইফ

ক্বালব - বাম স্তনের দুই আঙ্গুল নীচে কিছুটা বুকের দিকে, রং- হলুদ।

রুহ - ডান স্তনের দুই আঙ্গুল নীচে কিছুটা বুকের দিকে, রং লাল।

সির - বাম স্তনের দুই আঙ্গুল উপরে কিছুটা বুকের দিকে, রং সাদা।

খাফি - ডান স্তনের দুই আঙ্গুল উপরে কিছুটা বুকের দিকে, রং কালো।

আখফা - বুকের মাঝখানে, রং সবুজ।

নাফ্স - কপালের মাঝখানে, রংহীন।

আব (পানি) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।
আতশ (আগুন) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।
খাক (মাটি) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।
বাদ (বাতাস) - দেহের সর্বত্র বিরাজমান।

পবিত্র কুরআনে লাতাইফ

১. ক্বালব- يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ * إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

-যে দিবসে ধন-সম্পদ ও সন্তান-সন্ততি কোন কাজে আসবে না; কিন্তু (সে ছাড়া) যে সুস্থ অন্তর নিয়ে আল্লাহর কাছে আসবে। (শু'আরা (২৬) : ৮৮-৮৯)

২. রুহ- قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي

-রুহ আমার পালনকর্তার আদেশ ঘটিত ...। (বনী ইসরাইল (১৭) : ৮৫)

৩. সির ও ৪.আখফা- وَإِنْ تَجْهَرْ بِالْقَوْلِ فَإِنَّهُ يَعْلَمُ السِّرَّ وَأَخْفَى

-যদি তুমি উচ্চকণ্ঠে কথা বলো, তিনি তো গুপ্ত ও তদপেক্ষাও গুপ্ত বিষয়-বস্তু জানেন। (তো-হা (২০) : ৭)

৫. খাফি- ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً * إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

-তোমরা স্বীয় প্রতিপালককে ডাকো, কাকুতি-মিনতি করে এবং সংগোপনে, তিনি সীমা অতিক্রমকারীদেরকে পছন্দ করেন না। ('আরাফ (৭) : ৫৫)

৬. নাফ্স- يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ

- হে প্রশান্ত মন। (ফজর (৮৯) : ২৭)

বাকি চারটি লতিফা তথা- আব (পানি), আতশ (আগুন), খাক (মাটি) ও বাদ (বাতাস) সম্পর্কে বর্ণনা কুরআন শরীফের অনেক আয়াতে বিদ্যমান।

পাঁচটি লাতাইফ আলমে খালক্বের (সৃষ্ট জগৎ) সাথে সম্পৃক্ত। এগুলো হলো ১. নাফ্স (নিজ), ২. আব (পানি), ৩. আতশ (আগুন), ৪. খাক (মাটি) ও ৫. বাদ (বাতাস)।

আরো পাঁচটি লাতাইফ আলমে আমরের (নির্দেশ জগৎ) সাথে সম্পৃক্ত। এগুলো হলো ক্বালব (হৃদয়), রুহ (আত্মা), সির (গুপ্ত), খাফি (লুকানো), আখফা (সর্বাধিক লুকানো)।

লাতাইফ সম্পর্কে জানার গুরুত্ব

যদিও, অতি সূক্ষ্ম লাতাইফ নিয়ে ব্যাখ্যামূলক বর্ণনা বেশ কঠিন বটে। এরপরও তরিকাতের রাস্তায় ভ্রমণকারী সবাইকে লাতাইফ সম্পর্কে যেটুকু সম্ভব অবগতি একান্ত জরুরী। এ গ্রন্থে এটাই চেষ্টা করা হয়েছে। এগুলোর অবস্থান জেনে ধ্যানস্থ হয়ে জিকির মুরাক্বাবা করলে আধ্যাত্মিক বিরাট ফায়দা পাওয়া যায়। বার বার প্রতিটি লতিফার মাধ্যমে জিকরুল্লায় নিমগ্ন হলে ধীরে ধীরে লতিফাগুলো উন্মুক্ত হবে। কারণ এগুলো মূলত পর্দাবৃত অবস্থায় মানবদেহে জন্ম থেকেই বিদ্যমান থাকে। জিকির-মুরাক্বাবার ফলে জাকির লতিফার রং দেখতে সক্ষম হবেন, ইনশাআল্লাহ।

মহাত্মন সুফিয়ায়ে কিরাম লাতাইফ সম্পর্কে বলেন: "এসব সূক্ষ্ম ব্যাপার সম্পর্কে যে কেউ যত বেশি পরিচয় লাভ করবে তার আধ্যাত্মিক পরিপক্ষতা ততো বেশি প্রখর হবে।"

ইতোমধ্যে আমরা মানবদেহে লাতাইফের নাম ও অবস্থান তুলে ধরেছি। সাধারণত 'লাতাইফে সিত্তা' বা ছয় লতিফার জিকির মুরাক্বাবার কথা বলা হয়ে থাকে। ঊর্ধ জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত পঁচাটি লতিফা তথা ক্বালব, রুহ, সির, খাফি ও আখফা এবং সেসাথে সৃষ্ট জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত লতিফায়ে নাফ্স- এ ছ'টি লতিফাকেই লতিফায়ে সিত্তা বলে। নাফ্স শব্দের উৎপত্তি 'নাফাস' থেকে যার অর্থ শ্বাস-প্রশ্বাস বা দম। আর দম ছাড়া

জিকিরে জলি বা উচ্চৈঃস্বরে জিকির করা অসম্ভব। এ দিক থেকে বলা যায় নাফ্‌স মূলত অন্যান্য আধ্যাত্মিক ঊর্ধ্ব জগতের লতিফার মতো নয়। আর এ নাফ্‌সকে উন্মুক্ত করা বা সক্রিয়করণের প্রয়োজন নেই। আমাদের সবার নাফ্‌স এমনিতেই সক্রিয় আছে। আমরা নাফ্‌সের মাধ্যমেই এই পৃথিবীতে জীবিত আছি। তবে নাফ্‌স নিয়ন্ত্রণহীন অবস্থায় থাকলে আমাদের বিরাট ক্ষতি হতে পারে। তাই ক্ষতিকর নাফ্‌সের নামকরণ করা হয়েছে "নাফ্‌সে আম্মারা"। নাফ্‌সে আম্মারাকে নিয়ন্ত্রণ করার উপায় হলো তার দুনিয়াবী অতিবেশি ইচ্ছা-আকাঙ্ক্ষা ও গোনাহের মধ্যে জড়িত হওয়ার বিরুদ্ধে সোচ্চার হওয়া। মোটকথা সুফিয়ায়ে কিরাম বলে থাকেন, 'নাফ্‌সে আম্মারার বিরুদ্ধে সারা জীবন যুদ্ধ করতে হবে।' আল্লাহ তা'আলা আমাদেরকে সাহায্য করুন।

লাতাইফের প্রকৃতি

লতাইফের কিছু বৈশিষ্ট্য আছে। এগুলো সম্পর্কে কিছু তথ্য ইতোমধ্যে তুলে ধরা হয়েছে। মানবদেহে এদের অবস্থান, আলোর রং ইত্যাদি আমাদের জনা হয়ে গেছে। কোনো কোনো তরিকায় ঊর্ধ্ব জগতের প্রত্যেক লতিফা একেকজন নবীর সাথে সম্পৃক্ত আছে। যেমন নক্‌শবন্দিয়া তরিকায় এ সম্পৃক্ততা নিম্নরূপঃ

ক্বালব - হযরত আদম আলাইহিস্‌সালাম।

রুহ - হযরত নূহ আলাইহিস্‌সালাম এবং হযরত ইব্রাহিম আলাইহিস্‌সালাম

সির - হযরত মুসা আলাইহিস্‌সালাম।

খাফি - হযরত ঈসা আলাইহিস্‌সালাম।

আখফা - হযরত মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম।

লাতাইফ সৃষ্টিকালে উজ্জ্বল ছিলো। হযরত আহমদ সিরহিন্দী রাহিমাহুল্লাহ বলেন, আল্লাহ তা'আলা মহাবিশ্ব সৃষ্টি করেছেন দু'টি পর্যায়ে। প্রথমে আসে আলমে আমর বা নির্দেশ জগৎ। আল্লাহর আদেশ 'কুন' (হও) বলার সাথে সাথেই নির্দেশ জগৎ অস্তিত্ব লাভ করে। এরপর মহাপ্রভূ আলমে

খালক বা দৃশ্যমান জগৎ একাধিক দীর্ঘকালে ক্রমান্বয়ে সৃষ্টি করেন। সবশেষে আদম (আঃ) ও বিবি হাওয়াকে (আঃ) মাটি দ্বারা সৃষ্টি করে প্রাণবন্ত করেন। তিনি মানুষের মধ্যে কিছু আভ্যন্তরীণ আলোকবিন্দু প্রতিস্থাপন করেন। এগুলোই হলো মানব চেতনার সূক্ষ্ম কেন্দ্র লাতাইফ। মোট দশটি লতিফার মধ্যে পাঁচটি নির্দেশ জগতের সাথে সম্পৃক্ত। এগুলো হচ্ছে ক্বালব, রুহ, সির, খাফি ও আখফা। বাকি পঁচটি আলমে খালকের সাথে সম্পৃক্ত। এগুলো হলো নাফ্‌স, বাতাস, আগুন, পানি ও মাটি।

লতিফায়ে ক্বালব

লতিফায়ে ক্বালব হচ্ছে হৃদযন্ত্রের মধ্যস্ত সূক্ষ্ম কেন্দ্র। বাকি চারটি লতিফার মতো এটি যুক্তির ঊর্ধ্বস্ত অজৈবিক উপাদান। এটা আধ্যাত্মিক উপলব্ধি ও অন্তর্জ্ঞানের মাধ্যমে ঊর্ধ্ব জগতের বাস্তবতাকে উন্মুক্ত করে। ক্বালবকে আলমে-বরজখের সঙ্গে তুলনা করা হয়। এ জগৎ ও পরজগতের মাঝখানে অবস্থানরত এ ক্বালব নাফ্‌স এবং রুহের দ্বারা প্রভাবিত আছে। বলা হয়ে থাকে, “সাধারণত হার্ট (হৃদয়, ক্বালব) পর্দাবৃত অবস্থায় থাকে। পাপ করলে তা কালো হয়ে যায়। নিষ্প্রভ হয়ে যায় দুনিয়ার চাকচিক্য ও ভোগবিলাসের প্রতি আকর্ষণে।” নাফ্‌স ক্বালবকে নিচের দিকে টেনে নামানোর চেষ্টায় রত থাকে। যদি এখানে ‘বিজয়’ অর্জিত না হয়, তাহলে সূক্ষ্ম আপন এর উচ্চ বিস্তৃতিতে আরোহণ সম্ভব হবে না শুধুমাত্র ক্ষণকালের চমক ছাড়া। আল্লাহ তা’আলা বলেন:

يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَارَهُمْ * كُلَّمَا أَضَاءَ لَهُمْ مَشَوْا فِيهِ وَإِذَا أَظْلَمَ عَلَيْهِمْ قَامُوا * وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَذَهَبَ بِسَمْعِهِمْ وَأَبْصَارِهِمْ * إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

-বিদ্যুতালোকে যখন সামান্য আলোকিত হয়, তখন কিছুটা পথ চলে। আবার যখন অন্ধকার হয়ে যায়, তখন ঠাঁয় দাঁড়িয়ে থাকে। যদি আল্লাহ ইচ্ছা করেন, তাহলে তাদের শ্রবণশক্তি ও দৃষ্টিশক্তি ছিনিয়ে নিতে পারেন। আল্লাহ যাবতীয় বিষয়ের উপর সর্বময় ক্ষমতাশীল। (বাক্বারাহ (২) : ২০)

ক্বালব যতো বেশি পরিষ্কার হবে এটা ততো বেশি আধ্যাত্মিক জগতের দিকে অপ্রতিরোধ্য আকর্ষণ অনুভব করবে। এই শক্তিশালী আকর্ষণ হেতু

হৃদয়ে আল্লাহর মা'রিফাত লাভ হবে। সুবহানাল্লাহ। সুতরাং সালিকের জন্য ক্বালবের জিকির সর্বদা জারি রাখা একান্ত জরুরি।

অনেকে বলেন, ক্বালব আসলে তার মা'বুদ আল্লাহকে চিনে। এটা আল্লাহর মা'রিফাতের স্থান। ইবনে আতাউল্লাহ ইস্কান্দরী রাহিমাহুল্লাহ বলেন, "হৃদয়সমূহ এবং সর্বাধিক কেন্দ্রীয় সত্তাগুলো হচ্ছে নূরান্বিত হওয়ার ক্ষেত্র।" কারণ মা'রিফাত একটি আলো যা আল্লাহ তা'আলা যাকে ইচ্ছা তার অন্তরে নিক্ষিপ্ত করেন। ইবনে আতাউল্লাহ রাহিমাহুল্লাহ আরো বলেন, "তোমার ক্বালবকে গাইরুল্লাহ থেকে মুক্ত করো। তখন আল্লাহ তা'আলা একে পরিপূর্ণ করে দেবেন অর্ন্তদৃষ্টি ও ঔজ্জ্বলতা দ্বারা।"

সালিকের ক্বালব পরিশুদ্ধ হয়ে গেলেই এটি গ্রহণযোগ্যতা লাভ করে। তখন যাকিছু আল্লাহর পক্ষ থেকে আসার তা ঐ গ্রহণযোগ্য অন্তরে প্রেরিত হয়। সুতরাং লতিফায়ে ক্বালবকে জিকরুল্লাহ দ্বারা উন্মোচন করলে যাকিছু আল্লাহর নিষ্কলুষ প্রেমাসক্তি আছে তা গ্রহণের জন্য প্রস্তুত হয়ে যায়।

ক্বালবের রং হচ্ছে হলুদ (নকশবন্দিয়াদের মতে)। তিনটি মৌলবর্ণের মধ্যে হলুদ হচ্ছে সর্বাধিক উজ্জ্বল। এ কারণে এটি মা'রিফাত লাভের কেন্দ্রে পরিণত হয়েছে। ক্বালবকে একদিকে রূহ আকর্ষণ করে টানতে থাকে উপরের দিকে আর অপরদিকে লতিফায়ে নাফ্স একে টানতে থাকে নিচের দিকে।

লতিফায়ে রুহ

লতিফায়ে রুহ হচ্ছে নাফ্সের বিপরিত গুণসম্পন্ন একটি চেতনার সূক্ষ্ম কেন্দ্র। মানবদেহে এর অবস্থান ডান স্তনের নিচে কিছুটা বুকের দিকে। রুহ সর্বদাই ক্বালবকে নিজের দিকে টেনে আল্লাহ পর্যন্ত পৌঁছানোর চেষ্টায় নিয়োজিত আছে। অর্থাৎ রুহ হচ্ছে হাক্বিকতের প্রতি আকর্ষিত ইতিবাচক একটি লতিফা।

সাধারণত রুহ নীতিগতভাবে একটি সুপ্ত লতিফা হিসেবে মনে করা হয়। অবিরাম প্রার্থনা ও জিকির-আজকারে রুহ আলোকিত হয়ে উঠে। সালিকের চেহারায় আলোকিত রুহের প্রভাব পড়ে। বাহ্যিকভাবে চেহারার মধ্যে নূর দেখা যায়। ঔজ্জ্বল্যতার মাত্রা নির্ভর করে ইবাদতকারী বা জাকিরের রুহের মধ্যে কতটুকু ক্রিয়া হচ্ছে তার উপর। কারো রুহ যতো বেশী আলোকিত হবে, তার মধ্যে তত বেশি আধ্যাত্মিক শক্তি, অপরের প্রতি ভয় সৃষ্টির স্বল্পতা এবং আল্লাহ্‌র ধ্যানের প্রবণতা বৃদ্ধি পাবে।

নিয়মিত জিকির আজকারের ফলে লতিফায়ে রুহের পর্দান্মোচন হেতু সালিকের মধ্যে আল্লাহর প্রতি প্রেমাকর্ষনের হাল (অবস্থা) সৃষ্টি হবে। এই হালের কারণে সালিককে 'আল্লাপ্রেমের ইচ্ছুক' একজন মুরিদ থেকে আল্লাহর 'মুরাদ'-এ (আল্লাহ যাকে চান) পরিণত করে। আর এরূপ প্রেম থেকেই সৃষ্টি হয় 'ইশকে ইলাহী' (আল্লাহপ্রেম)। চিশতিয়া তরিকানুযায়ী রুহের রং সবুজ এবং নকশবন্দিয়া তরিকানুযায়ী এটির রং লাল। উভয় রং মূলত ইশকে ইলাহীর দিকে ইশারা করে। কখনও প্রশান্তি ও কখনও প্রেমাগ্নি হচ্ছে আশিকের আভ্যন্তরীণ অবস্থা। আর সবুজ হচ্ছে চিরসুখের জান্নাতের রং, অপরদিকে লাল রং হচ্ছে প্রেমের মধ্যে জ্বালা যন্ত্রণার প্রতীক।

লতিফায়ে সির

লতিফায়ে সির হচ্ছে গোপন সূক্ষ্ম কেন্দ্র। একে মানব চেতনার সর্বাপেক্ষা অভ্যন্তরীণ কেন্দ্রও বলা যায়। কেউ কেউ সিরকে মানব সত্তাও বলেছেন। আরো বলা হয়ে থাকে, সির হলো এমন একটি সূক্ষ্ম স্থান যেখানে আল্লাহ তাঁর রহস্য লুকিয়ে রেখেছেন। সির হচ্ছে রব (প্রভূ) ও তাঁর 'আব্দ (বান্দাহ) এর মধ্যে গোপন যোগাযোগের কেন্দ্রবিন্দু। সুফিরা বলেন, মানব হৃদয়ের হৃদয় হলো সির।

আন্তর্দৃষ্টির কেন্দ্র এই সিরকে বিশোধনের বা পরিষ্কারকরণের মাধ্যমে স্বচ্ছল করলে সেখানে কাশফের (উন্মোচনের) প্রকাশ সম্ভব হয়। জিকির-

মুরাক্বাবার মাধ্যমে সিরকে উন্মোচন করলে মরিচা ও বাস্তবতাকে উপলব্ধি করা যায়। অর্থাৎ কাশফের মাধ্যমে সালিকের অন্তরে হাক্বিকাত আত্মপ্রকাশ করে। এ ধরনের কাশফকে ‘কাশফে বসারী’ বলে।

সালিককে আল্লাহর গুণবাচক নাম ‘ইয়া হাইয়্যূ’ ও ‘ইয়া ক্বাইউম’ এর জিকির করার নির্দেশ দেওয়া হয় এই লতিফার দিকে খেয়াল করে।

বলা হয়ে থাকে, লতিফায়ে রুহ ও লতিফায়ে সির একত্রে মিলে রুহে ইনসানী (মানবাত্মা) গঠিত হয়েছে। এ উভয় লতিফা উন্মোচন হলে লাওহে মাহফুজের (সংরক্ষিত ফলক) জ্ঞান সালিকের অন্তরে নিক্ষিপ্ত হতে থাকে।

লতিফায়ে খাফি

চিশতিয়া তরিকায় এ লতিফার স্থান কপালে এবং নকশবন্দিয়া তরিকায় এর স্থান বুকের ডানদিকে স্তনের উপরে। চিশতিয়ারা এর রং নীল বলেছেন, আর নখশবন্দিয়ারা এর রং কালো বলেছেন।

খাফি অর্থ রহস্যময়, গুপ্ত, গোপনীয় ইত্যাদি। খাফির দিকে খেয়াল করে আল্লাহর গুণবাচক নাম ‘ইয়া ওয়াহিদু’ জপতে হয়। এ লতিফার মুরাক্বাবার মাধ্যমে ফানা ফিল্লাহ্‌র মাক্বাম উন্মোচন হয়।

লতিফায়ে আখফা

আখফা শব্দের অর্থ সর্বাধিক গুপ্ত, গভীরভাবে রহস্যময় বা অন্ধকারময়। এ লকিফার স্থান নকশবন্দিয়াদের মতে বুকের মাঝখানে। তারা বলেন, এ লতিফার রং সবুজ। অপরদিকে চিশতিয়াদের মতে এই লতিফার স্থান মাথার তালু এবং এর রং কালো।

আখফা হচ্ছে প্রত্যেক ব্যক্তির মধ্যস্ত ‘নুক্তায়ে ওয়াহিদা’ বা এককত্বের সূক্ষ্ম বিন্দু। আর এ বিন্দুর মধ্যেই আল্লাহ তা’আলার তাজাল্লিয়াত (আশীর্বাদপুষ্ট অন্তর্দৃষ্টি) সরাসরি উন্মোচন হয়। মহাবিশ্বের গুপ্ত জ্ঞান এতে

প্রকাশ পায়। এই সূক্ষ্ম বিন্দুটির সঙ্গে সম্পৃক্ত আছে গভীর উপলব্ধির ক্ষমতা।

লতিফায়ে আখফা সজাগ করতে সালিককে আল্লাহর গুণবাচক নাম 'ইয়া আহাদু' এর জিকির করতে হবে। বলা হয়, অন্যান্য সকল লতিফা সক্রিয় করার পর এটি সক্রিয় হবে। আখফা হচ্ছে ঊর্ধ জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত সর্বশেষ ও সর্বাধিক গুপ্ত লতিফা। উচ্চ পর্যায়ের কামিল শায়খরাই শুধু এ লতিফা সম্পর্কে পূর্ণ জ্ঞানের অধিকারী।

আমরা একে একে নির্দেশ জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত পাঁচটি মানবচেতনার সূক্ষ্ম কেন্দ্র তথা লাতাইফ সম্পর্কে কিছুটা আলোচনা করেছি। এখন প্রশ্ন জাগতে পারে সালিকদের উদ্দেশ্য যদি এসব লাতাইফকে সক্রিয় করা হয়ে থাকে, তাহলে 'ইনসানে কামিল' এর সঙ্গে এর কী সম্পর্ক থাকতে পারে? এ প্রশ্নের জবাব পেতে আমাদেরকে পবিত্র কুরআনের এই আয়াতগুলোর প্রতি দৃষ্টি দিতে হবে:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ * فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

-আমি মানুষকে মাটির সারাংশ থেকে সৃষ্টি করেছি। অতঃপর আমি তাকে শুক্রবিন্দু রূপে এক সংরক্ষিত আঁধারে স্থাপন করেছি। এরপর আমি শুক্রবিন্দুকে জমাট রক্তরূপে সৃষ্টি করেছি, অতঃপর জমাট রক্তকে মাংসপিণ্ডে পরিণত করেছি। এরপর সেই মাংসপিণ্ড থেকে অস্থি সৃষ্টি করেছি। অতঃপর অস্থিকে মাংস দ্বারা আবৃত করেছি। অবশেষে তাকে নতুন রূপে দাঁড় করিয়েছি। নিপুণতম সৃষ্টিকর্তা আল্লাহ কত কল্যাণময়। (২৩ : ১২-১৪)

উক্ত পবিত্র আয়াতমালা থেকে এটা লক্ষণীয় যে, প্রতিটি লতিফা ক্রমান্বয়ে উন্মোচন করা হয়েছে যা আয়াতগুলুতে বর্ণিত মানবদেহের স্বাভাবিক ক্রমোন্নয়নের সাথে সম্পৃক্ত। তবে 'ইনসানে কামিল' বা আদর্শ মানব হচ্ছে একটি আলাদা সত্তা। বলা হয়ে থাকে, লাতাইফের মাধ্যমে সালিককে ভ্রমণ শেষে তার আধ্যাত্মিক হাল নিজের মধ্যে যে লতিফা সর্বাপেক্ষা শক্তিশালী সেটাই নিয়ন্ত্রণ করবে।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ
লাতাইফের জিকির-মুরাক্বাবা

এ পর্যন্ত বর্ণনা দ্বারা আমরা মানবদেহের মোট দশটি সূক্ষ্ম কেন্দ্র বা লাতাইফ সম্পর্কে পরিচিতিমূলক বিভিন্ন তথ্যাদি তুলে ধরেছি। এ থেকে আশাকরি পাঠকরা বুঝতে সক্ষম হয়েছেন যে, দশটি লাতাইফের মধ্যে পাঁচটি ঊর্ধ্বজগৎ তথা আলমে আমরের সঙ্গে সংযুক্ত। এগুলো হচ্ছে ক্বালব, রুহ, সির, খাফি ও আখফা। বাকি পাঁচটি যথা- নাফ্স, আব, আতশ, খাক ও বাদ এই আলমে খাল্ক বা সৃষ্টজগতের সঙ্গে সংযুক্ত। উল্লেখ করা প্রয়োজন যে, এসব লতিফার অস্তিত্ব সম্পর্কে চার তরিকার কারোর মধ্যে কোনো দ্বিমত নেই। এছাড়া উচ্চ পর্যায়ের সুফিয়ায়ে কেরাম হাজার বছর ধরে এসব লতিফার দিকে ধ্যানস্থ হয়ে জিকির-মুরাক্বাবা করে আসছেন এবং আধ্যাত্মিকভাবে সুফল লাভ করেছেন। বর্তমান যুগেও সুফি-দরবেশরা লতিফার জিকির করে ফায়দা হাসিল করছেন। সুতরাং আমরা এখন লতিফাগুলোর দিকে খেয়াল করে জিকির-মুরাক্বাবার নিয়ম-পদ্ধতি নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাদি তুলে ধরার প্রয়াস পাচ্ছি।

লতিফাগুলো জিকরুল্লাহ দ্বরা উন্মোচন বা খোলার জন্য কয়েকটি বিশেষ পদ্ধতি অনুসরণ করতে হয়। সুতরাং আমরা প্রথমে এগুলো নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাদি তুলে ধরবো।

১. আধ্যাত্মিক পথনির্দেশ: এটা অত্যন্ত জরুরি যে জিকির মুরাক্বাবার জন্য একজন দক্ষ কামিল পথনির্দেশকের প্রয়োজন। এই হক্কানী পীর সাহেব বা শায়খের নিকট মুরিদ হয়ে তাঁর নির্দেশ মুতাবিক নিয়মমতো জিকির আজকার করতে হবে।

২. জিকির ও কল্পনা করা: সাধারণত জিকির হবে মহাপ্রভূর জাত নামের (আল্লাহ) ও আল্লাহর বিশেষ কিছু গুণবাচক নামের। নির্দিষ্ট লতিফার

দিকে ধ্যানস্থ হয়ে জিকির করার সময় কোনো বিশেষ খেয়াল অন্তরে কল্পনা করারও দরকার পড়তে পারে। এই কৌশলে অনেক ফায়দা মিলে।

৩. আরোহণ ক্রম: লাতাইফ আলোকিত ও উন্মোচন হয় আরোহণ ক্রমে। সাধারণত জিকির শুরু হবে লতিফায়ে ক্বালব থেকে। এরপর উপরের দিকে ক্রমানুসারে একেকটি লতিফার জিকির হবে।

৪. রং এবং গুণগত বৈশিষ্ট্য: যেমন (নকশবন্দিয়া তরিকা মুতাবিক) ক্বালব (হার্ট), রং হলুদ; সির (গুপ্ত), রং লাল ইত্যাদি।

লতিফায়ে ক্বালবের কাজ হচ্ছে: ১. আল্লাহর পক্ষ থেকে আমাদের প্রতি যে মায়া মুহাব্বত আসে তা অনুভব করা এবং ২. এই মায়া মুহাব্বতকে অপরের প্রতি রশ্মিরূপে বিকিরণ করা। কারণ আমাদের মধ্যস্থ সকল আধ্যাত্মিক কেন্দ্র মূলত আল্লাহর দয়া-মায়ার নূর বা আলো। এ আলোই হচ্ছে আমাদের আত্মিক শক্তি ও খাদ্য।

দুর্ভাগ্যবশত আমাদের নূরান্বিত ক্বালব আল্লাহর অবাধ্যতা ও গোনা খাতার কারণে তার কার্যকারিতা হারিয়ে ফেলেছে! প্রতিটি গোনাহ ক্বালবের মধ্যে কালো দাগ অঙ্কিত করে। এভাবে বার বার গোনাহ করায় পুরো ক্বালবই কালো হয়ে গেছে। এখন সে আল্লাহর মুহাব্বাতের আলো গ্রহণ করার যোগ্যতা পর্যন্ত হারিয়ে ফেলেছে। এর ফলে তার মধ্যে আলো বিকিরণের ক্ষমতাও বিলুপ্ত হয়ে গেছে।

এবার প্রশ্ন জেগেছে এই অকেজো ক্বালবকে পুনরায় সক্রিয় করার উপায় কি? কিভাবে ক্বালব তার স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে যেতে পারে?

জিকরুল্লাহ দ্বারা যে অন্তর বা ক্বালব উপকৃত হয় এ ব্যাপারে কুরআন শরীফে একাধিকবার বলা হয়েছে। যেমন:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ * أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

-যারা বিশ্বাস স্থাপন করে এবং তাদের অন্তর আল্লাহর জিকির দ্বারা শান্তি লাভ করে; জেনে রাখো, আল্লাহর জিকির দ্বারাই অন্তরসমূহ শান্তি পায়। (আর-রাদ (১৩) : ২৮)

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

-সুতরাং তোমরা আমাকে স্মরণ করো, আমিও তোমাদের স্মরণ করবো এবং আমার কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করো, অকৃতজ্ঞ হয়ো না। (বাক্বারাহ (২) : ১৫২)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

-মু'মিনগণ তোমরা আল্লাহকে অধিক পরিমাণে স্মরণ করো। (আহযাব (৩৩) : ৪)

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

-যারা দাঁড়িয়ে, বসে ও শায়িত অবস্থায় আল্লাহকে স্মরণ করে এবং চিন্তা গবেষণা করে আসমান ও যমিন সৃষ্টির বিষয়ে। (তারা বলে) পরওয়ারদেগার! এসব তুমি অনর্থক সৃষ্টি করো নি। সকল পবিত্রতা তোমারই, আমাদিগকে তুমি দোযখের শাস্তি হতে বাঁচাও। (আলে ইমরান (৩) : ১৯১)

পবিত্র হাদিস শরীফে আল্লাহর রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন: "যে তার প্রভূর স্মরণ করে আর যে করে না, তাদের উপমা হলো জ্যান্ত ও মৃতের মতো।" (মুত্তাফাকুন আলাইহি)

অপর এক হাদিসে কুদসিতে আছে, আল্লাহ তা'আলা বলেন: "আমি আমার বান্দার সাথে আছি যখন সে আমাকে স্মরণ করে এবং আমাকে স্মরণ করতে তার জিহ্বা নড়াছড়া করে।" (বুখারী)

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আরো বলেছেনঃ “আল্লাহর শক্তি থেকে নিজেকে রক্ষা করতে কেউ আল্লাহর জিকির ছাড়া আর উত্তম কিছু বলতে পারে না।” (তিরমিযি, ইবনে মাজাহ)

হযরত ইবনে উমর রাদ্বিআল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত একটি হাদিস শরীফে এসেছে, আল্লাহর রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, “সবকিছুর জন্য পালিশ আছে। হৃদয়ের (ক্বালবের) পালিশ হলো জিকরুল্লাহ। কোনো ব্যক্তিকে বাঁচানোর জন্য জিকরুল্লাহ থেকে আরো শক্তিশালী কিছু নেই।” তাঁকে জিজ্ঞেস করা হলো, ‘আল্লাহর পথে (অস্ত্র ধরে) জিহাদও কি (যথেষ্ট) নয়?’ তিনি জবাব দিলেন, “তুমি যদি অনবরত আঘাত করতে করতে তোমার তরবারি ভেঙ্গে ফেলো, তবুও নয়।” (বাইহাকী)

হাদিস শরীফে আছে, একব্যক্তি নবীজী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের নিকট এসে বললো, হে আল্লাহর রাসূল ইসলামের আদেশাবলী আমার জন্য অতিবেশি, তাই আমাকে এমন কিছু বলেন যার ওপর আমি লেগে থাকতে পারি? তিনি (সাঃ) বললেন, “তোমার জিহ্বা আল্লাহর জিকির দ্বারা সর্বদা নমনীয় রাখবে।” (তিরমিযি ও ইবনে মাজাহ)

জিকরুল্লাহর ক্রিয়া বা ফলাফল এমনকি অমুসলিমদের মধ্যে প্রতিফলিত হয়ে থাকে। নেদারল্যান্ডের এক মনস্তাত্ত্বিক বিজ্ঞানী ঘোষণা করেন যে, **‘আল্লাহ্’** নামের জিকির দ্বারা তাঁর অমুসলিম রোগিরা উপকৃত হয়েছেন।

লাতাইফের জিকির

লাতাইফগুলোকে সক্রিয় করতে ঊর্ধ্ব জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত প্রতিটি লতিফার দিকে খেয়াল করে জিকির করার তা’লিম সুফিয়ায়ে কেরাম দিয়ে থাকেন। এখন আমরা একেকটি করে লাতাইফের জিকিরের নিয়ম তুলে ধরছি। জানা থাকা প্রয়োজন যে, এসব জিকির করার অনুমতি নিজ নিজ

পীর সাহেবের নিকট থেকে গ্রহণ করা একান্ত জরুরী। জিকির সরবে না নীরবে করবেন সেটা নির্ভর করবে আপনি কোন্ তরিকার অনুসারী। সাধারণত, চিশতিয়া ও কাদিরিয়া তরিকায় জিকির হবে সরবে এবং নকশবন্দিয়া ও সুহরাওয়ার্দিয়া তরিকায় তা হবে নীরবে।

১. লতিফায়ে ক্বালবের জিকির: প্রথমে কিবলামুখী হয়ে চারজানু অবস্থায় নিভৃত কোনো কক্ষে জিকিরের জন্য বসবেন। কালিমা তায়্যিবাহ, কালিমা শাহাদাত, সূরা ফাতিহা (১ বার), সূরা ইখলাস (৩ বার), দরূদ শরীফ (১১ বার) পাঠ করুন। আল্লাহর দরবারে নিজেকে উপস্থিত রেখে জিকিরের মাধ্যমে তাঁর নৈকট্য লাভের জন্য দু'আ করুন। নিজের শায়খসহ তরিকতের সকল পীর মাশাইয়ের প্রতি সওয়াব রেসানী করুন।

এবার চোখ বন্ধ করে বায়ের স্তনের দুই আঙ্গুল নীচে কিছুটা বুকের দিকে অবস্থিত লতিফায়ে ক্বালবের দিকে ধ্যানস্থ হোন। অন্তর থেকে গ্বাইরাল্লাহর যাবতীয় আবর্জনা বিদূরিত করুন। একমাত্র আল্লাহ ছাড়া নিজের ক্বালবের ভেতর অন্যকিছু নেই- এ ধ্যান করুন। এবার আপনি জিকিরের জন্য প্রস্তুত হয়েছেন।

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ **'লা- ইলা-হা ইল্লাল্লাহ'** -আল্লাহ ছাড়া কোনো ইলাহ নেই, এই কালিমার জিকির করবেন। মাথা ক্বালবের দিকে কিছুটা নুইয়ে **'লা-ইলা-হা'** বলতে বলতে ডান কাঁধের দিকে মাথা উত্তোলন করবেন, সাথে সাথে মনে মনে ভাববেন 'একমাত্র আল্লাহ ছাড়া সবকিছু ক্বালব থেকে ধরে পেছনে ফেলে দিলাম'। এরপর মাথা পুনরায় ক্বালবের দিকে নুইয়ে **'ইল্লাল্লাহ'** বলে জরব (ধাক্কা) দিবেন ও ভাববেন শুধুমাত্র **'আল্লাহর ইশক ও মুহাব্বত'** ক্বালবের ভেতর ঢুকালাম। এই জিকির ২০০ বার করবেন। জিকির শেষে কিছুক্ষণ আল্লাহ তা'আলার প্রতি ধ্যানস্থ হবেন। ইনশাআল্লাহ, লতিফায়ে ক্বালবের হাক্বিকাত আপনার অন্তরে আত্মপ্রকাশ করবে।

২. লতিফায়ে রুহের জিকির: উপরে লতিফায়ে ক্বালবের জিকিরের ক্ষেত্রে যে পূর্বপ্রস্তুতি বর্ণিত হয়েছে তাই করুন।

এবার চোখ বন্ধ করে ডানের স্তনের নিচে লতিফায়ে ক্বালবের বিপরীতে অবস্থিত লতিফায়ে রুহের দিকে ধ্যানস্থ হোন।

এখন يا الله **(ইয়া আল্লাহ্)** এর জিকির করবেন। মাথা বায়ের দিকে নিয়ে কিছুটা উপরে তুলে লতিফায়ে রুহের উপর নিয়ে নুইয়ে **'ইয়া- আল্লাহ্'** এর জরব লাগাবেন। এই জিকির ২০০ বার করবেন। জিকির শেষে কিছুক্ষণ আল্লাহর প্রতি ধ্যানস্থ হয়ে রুহের দিকে খেয়াল করে চোখ বুজে নিরবে বসে থাকবেন। ইনশাআল্লাহ, ঊর্ধ্ব জগতের সঙ্গে সম্পর্কিত রুহের রহস্যাবলী সম্পর্কে আপনি অবগত হবেন।

৩. লতিফায়ে সিরের জিকির: উপরে লতিফায়ে ক্বালবের জিকিরের ক্ষেত্রে যে পূর্বপ্রস্তুতি বর্ণিত হয়েছে তাই করুন।

এবার চোখ বন্ধ করে বায়ের স্তনের উপরে কিছুটা বুকের দিকে অবস্থিত লতিফায়ে সিরের দিকে ধ্যানস্থ হোন। উল্লেখ্য, লতিফার অবস্থান তরিকা মুতাবিক ভিন্ন হতে পারে।

এখন يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ (হে চিরঞ্জীবি, হে চিরস্থায়ী)- আল্লাহ তা'আলার এ দুটি গুণবাচক নামের জিকির করবেন। মাথা বায়ের দিকে নিয়ে কিছুটা উপরে তুলে লতিফায়ে সিরের উপর নিয়ে নুইয়ে **'ইয়া- হাইয়্যু ইয়া ক্বাইয়্যুম'** বলে জরব লাগাবেন। এই জিকির ২০০ বার করবেন। জিকির শেষে কিছুক্ষণ আল্লাহর প্রতি ধ্যানস্থ হয়ে সিরের দিকে খেয়াল করে চোখ বুজে নিরবে বসে থাকবেন। ইনশাআল্লাহ, পবিত্র এ দুটো গুণবাচক নামের রহস্য আপনার নিকট উন্মোচন হবে। সাথে সাথে সূক্ষ্ম বিন্দু লতিফায়ে সিরের হাক্বিকাত ও স্বরূপ সম্পর্কে অবগত হবেন।

৪. লতিফায়ে খাফির জিকির: উপরে লতিফায়ে ক্বালবের জিকিরের ক্ষেত্রে যে পূর্বপ্রস্তুতি বর্ণিত হয়েছে তাই করুন।

এবার চোখ বন্ধ করে ডানের স্তনের উপরে কিছুটা বুকের দিকে অবস্থিত লতিফায়ে খাফির দিকে ধ্যানস্থ হোন।

এখন يا واحد (হে এক)- আল্লাহ তা'আলার এ গুণবাচক নামের জিকির করবেন। মাথা ডানের দিকে নিয়ে কিছুটা উপরে তুলে লতিফায়ে খাফির উপর নিয়ে নুইয়ে **'ইয়া- ওয়া-হিদ'** বলে জরব লাগাবেন। এই জিকির ২০০ বার করবেন। জিকির শেষে কিছুক্ষণ আল্লাহর প্রতি ধ্যানস্থ হয়ে খাফির দিকে খেয়াল করে চোখ বুজে নিরবে বসে থাকবেন। ইনশাআল্লাহ, পবিত্র এ গুণবাচক নামের রহস্য আপনার নিকট উন্মোচন হবে।

৫. লতিফায়ে আখফার জিকির: উপরে লতিফায়ে ক্বালবের জিকিরের ক্ষেত্রে যে পূর্বপ্রস্তুতি বর্ণিত হয়েছে তাই করুন।

এবার চোখ বন্ধ করে বুকের মাঝখানে অবস্থিত লতিফায়ে আখফার দিকে ধ্যানস্থ হোন।

এখন يَا أَحَد (হে একক)- আল্লাহ তা'আলার এ গুণবাচক নামের জিকির করবেন। মাথা সামান্য উপরের দিকে তুলে লতিফায়ে আখফার উপর নিয়ে নুইয়ে **'ইয়া- আহাদ'** বলে জরব লাগাবেন। এই জিকির ২০০ বার করবেন। জিকির শেষে কিছুক্ষণ আল্লাহর প্রতি ধ্যানস্থ হয়ে আখফার দিকে খেয়াল করে চোখ বুজে নিরবে বসে থাকবেন। ইনশাআল্লাহ, পবিত্র এ গুণবাচক নামের রহস্য আপনার নিকট উন্মোচন হবে।

ইতোমধ্যে আমরা আলমে আমর বা ঊর্ধ্বতম নির্দেশ জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত পাঁচটি লতিফার জিকির করার নিয়ম পদ্ধতি তুলে ধরেছি। তবে পীর মাশাইখরা নিম্নজগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত পাঁচটি লতিফা যথা নাফ্‌স, আব,

আতশ, খাক ও বাদ- এগুলোর দিকে ধ্যানস্থ হয়ে জিকির করার তা'লিম দিয়ে থাকেন। আমরা এখন এগুলোর জিকিরের নিয়ম-কানুন বর্ণনা করবো।

সুলতানুল আজকার

একসঙ্গে পাঁচটি আলমে খালকের সঙ্গে সম্পৃক্ত লাতাইফের জিকিরকে সুলতানুল আজকার (জিকিরের রাজা) বলে।

সালিককে নিয়মমতো পূর্বপ্রস্তুতি পরে নিজের নাফ্সসহ শরীরের প্রতিটি অংশের প্রতি খেয়াল করতে হবে। এভাবে তাওয়াজ্জুহ হয়ে ইসমে জাত তথা **'আল্লাহ্'** নামের জিকিরে নিমগ্ন হবেন। বার বার এ জিকির করলে বুঝতে পারবেন নিজের প্রতিটি লোমকূপ জিকিরের আওয়াজ তুলছে। এমন কি শেষ পর্যন্ত এটা স্পষ্ট হয়ে ওঠবে যে, আকাশ, জমিন, পাহাড়, পর্বত, বৃক্ষ-তরু-লতা সবকিছু আল্লাহর জিকির করে। যেমনটি আল্লাহ ইরশাদ করেন:

أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللّٰهَ يُسَبِّحُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالطَّيْرُ صَافَّاتٍ

-তুমি কি দেখো না যে, নভোমণ্ডল ও ভূমণ্ডলে যারা আছে তারা এবং উড়ন্ত পক্ষীকূল তাদের পাখা বিস্তার করতঃ আল্লাহ্র পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করে?

চতুর্থ পরিচ্ছেদ

চিশতিয়া তরিকার জিকির

চিশতিয়া তরিকায় চার প্রকার জিকির আছে। এগুলো হলো- ১. জিকরে নাসুতি যেমন- **লা ইলাহা ইল্লাল্লাহ**। ২. জিকরে মালাকুতি যেমন- **ইল্লাল্লাহ**। ৩. জিকরে জাবারুতি যেমন- **আল্লাহ্**। ৪. জিকরে লাহুতি যেমন- **হুয়া হুয়া**।

আলমে নাসুত, আলমে মালাকুত, আলমে জাবারুত এবং আলমে লাহুত এর ব্যাখ্যা নিম্নরূপ।

১. আলমে নাসুত: প্রকাশ্য ও (মানবিক) চেতনার জগৎ (আলমে জাহির)।

২. আলমে মালাকুত: রুহের জগৎ (আলমে আরওয়াহ)।

৩. আলমে জাবারুত: যে জগতে সৃষ্ট ও রুহের জগৎ উভয়টি বিলুপ্ত হয়ে যায়। এ জগতে 'আমি' ও 'তিনি' অবশিষ্ট থাকে না। এ অবস্থায় চোখ খোলা বা বন্ধ তাতে কিছু আসে যায় না।

৪. আলমে লাহুত: বিশুদ্ধ অস্তিমান (জাতে মাহ্দ), সকল আলম এর বৃত্তের মাঝে বিদ্যমান।

এসব আলমের আরো ব্যাখ্যা:

১. আলমে নাসুত হচ্ছে অনুভূতিসম্পন্ন ও প্রত্যক্ষকরণীয় এ দৃশ্যমান জগৎ। জাগ্রত চেতনার জগৎ বা সচেতনতার জগৎ। একে মানবতার জগৎও বলা যায়। ইন্দ্রিয়সমূহের মাধ্যমে এ জগৎ সম্পর্কে অবহিত হওয়া যায়। বলা যায়, এটা ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য বস্তুজগৎ।

২. আলমে মালাকুত হচ্ছে সার্বভৌম, অদৃশ্য, আধ্যাত্মিক, ফেরেশতা বা রুহের জগৎ। এ জগত উপলব্ধ হয় অন্তর্দৃষ্টি ও আধ্যাত্মিক ক্ষমতাবলে। কারো কারো মতে এটা হচ্ছে অসৃষ্ট মহাবিশ্ব।

৩. আলমে জাবারুত হচ্ছে ক্ষমতার জগৎ বা স্বর্গীয় জগৎ। একে আল্লাহর গুণবাচক নামসমূহের নির্যাসও বলা যায়।

৪. আলমে লাহুত হচ্ছে আল্লাহর জগৎ যা অনুভূতির ঊর্ধ্বে। কারণ, এখন ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য জগৎ কালহীন এককত্বের মধ্যে বিলীন হয়ে গেছে।

জবানের জিকিরকে **নাসূতি**, ক্বালবের জিকিরকে **মালাকুতি**, রুহের জিকিরকে **জাবারুতি** ও সিরের জিকিরকে **লাহূতি** বলা হয়।

প্রাথমিক অবস্থায় ক্বালবের জিকিরের সবক দেওয়া হয়ে থাকে। যেমন: **লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহ** এবং **'আল্লাহু' 'আল্লাহ্'** নামের জরব (ক্বালবে ধাক্কা) লাগানো। প্রথম জিকিরকে **নফি ও ইসবাত** বলে। দ্বিতীয় জিকিরকে **ইসমে জাত দুই জরবী জিকির** বলে।

১. নফি-ইসবাত জিকিরের নিয়ম: চারজানু অবস্থায় কিবলামুখী হয়ে বসবেন। ডান পায়ের বৃদ্ধাঙ্গুলি ও এর পার্শ্ববর্তী অঙ্গুলির সাহায্যে বাম পায়ের হাঁটুর নিচে কিমাস নামক বড় রগটি চেপে ধরবেন। উভয় হাত হাঁটুর উপর ছেড়ে রাখবেন। এরপর চোখ বন্ধ করে অত্যন্ত মনোযোগের সাথে এই দু'আটি ৩ বার পড়বেন:

আল্লা-হুম্মা তাহ্‌রির ক্বালবি আন গ্বাইরিকা ওয়ানাওয়্যির বিনূরী মা'রিফাতিকা আবাদান, ইয়া আল্লাহ্! ইয়া আল্লাহ! ইয়া আল্লাহ!

অর্থ: হে আল্লাহ! তুমি ছাড়া বাকি সবকিছু হতে আমার মন পাক করে দাও, তোমার মা'রিফাতের নূরে আমার ক্বালব আলোকিত করে দাও- সব সময়ের জন্য, হে আল্লাহ! হে আল্লাহ্! হে আল্লাহ্।

এবার তাওবার এই বাক্যটি বিজোড় সংখ্যায় পাঠ করবেন:

আস্তাগ্বফিরুল্লাহাল্লাজী লা-ইলাহা ইল্লা হুয়াল হাইয়্যুল ক্বাইউম ওয়াআতুবু ইলাইহি।

তারপর মধুর সুরে **আউজুবিল্লাহ ...** ও **বিসমিল্লাহ ...** পাঠ করবেন। পরে ৩ বার পাঠ করবেন: **লা- ইলা-হা ইল্লাল্লাহ্, মুহাম্মাদুর রাসূলুল্লাহ্।** এবার কালিমা শাহাদাত ১ বার পাঠ করুন।

এখন নফি-ইসবাত জিকিরের পূর্বপ্রস্তুতি শেষ হয়েছে। প্রথমে লতিফায়ে ক্বালবের দিকে খেয়াল করে মাথা বামদিকে কিছুটা ঝুঁকিয়ে **'লা-'** বলে মাথা ডান কাঁধের দিকে নিয়ে যাবেন এবং **'ইলা-হা'** বলে মনে মনে খিয়াল করবেন **'আমি আল্লাহ ছাড়া সবকিছু অন্তর থেকে বের করে দূরে ফেলে দিলাম'**।

এবার মাথা বামদিকে নিয়ে ক্বালবের উপর **'ইল্লাল্লাহ'** এর জরব (ধাক্কা) লাগাবেন। মনে মনে ভাববেন, **'আমার অন্তর একমাত্র আল্লাহর ইশক ও মুহাব্বতে আপ্লুত হয়ে ওঠেছে। আল্লাহ ছাড়া আমার অন্তরে আর কিছুই নেই'**। মনে রাখবেন **'লা-ইলাহা'** এই অংশকে বলে **নফি** (বিলুপ্তি) এবং **'ইল্লাল্লাহ'** এই অংশকে বলে **ইসবাত** (দৃঢ়োক্তি)।

এভাবে নফি-ইসবাত জিকির অন্তত দুইশত বার করবেন।

২. ইল্লাল্লাহ এর এক জরবি জিকির: উপরে বর্ণিত পদ্ধতিতে পূর্বপ্রস্তুতি নেবেন। এরপর চোখ বন্ধ করে **'ইল্লাল্লাহ'** (শুধু আল্লাহ) এর জরব ক্বালবের দিকে মাথা ঝুঁকিয়ে ঝুঁকিয়ে লাগাতে থাকবেন।

এভাবে ইল্লাল্লাহ এর জিকির অন্তত চারশত বার করবেন।

৩. ইসমে জাত (আল্লাহ নামের) দুই জরবি জিকিরের নিয়ম: প্রথমে ইতোমধ্যে বর্ণিত পদ্ধতিতে পূর্বপ্রস্তুতি নেবেন। চোখ বন্ধ করে মাথা ডান স্তনের কিছুটা নিচে অবস্থিত লতিফায়ে রুহের উপর নিয়ে **'আল্লাহু'** বলে জরব লাগাবেন। এরপর মাথা বাম স্তনের কিছুটা নিচে অবস্থিত লতিফায়ে ক্বালবের উপর নিয়ে **'আল্লাহ্'** বলে জরব লাগাবেন।

এভাবে দুই জরবি ইসমে জাতের জিকির অন্তত ছয়শত বার করবেন। মনে রাখবেন, চিশতিয়া তরিকানুযায়ী আপনি সরবে জিকির করতে পারবেন। তবে ইচ্ছে হলে ক্বালব ও রুহের দিকে খিয়াল করে উক্ত দুটি জিকির নিরবেও করতে পারবেন।

৪. **ইসমে জাতের জিকির 'হু-হু':** সালিক যখন ইসমে জাতের তথা **'আল্লাহু' 'আল্লাহ'** এর জিকির করতে করতে বিভোর হবেন তখন আরবি اَللّٰهُ শব্দের আলিফ ও লাম অক্ষর বাদ দিয়ে শুধু **'হু-হু'** থাকবে। লতিফায়ে ক্বালবের দিকে মাথা ঝুঁকিয়ে জরব দিয়ে দিয়ে এই জিকির করবেন। এই স্তরে পৌঁছার পর সালিকের আপাদমস্তক জিকিরে পরিণত হয়ে যায়। তার সমগ্র দেহ নূরে পরিণত হবে। এই স্তরের সালিককে বলে **'ফানা ফিল্লাহ'** (আল্লাহ্‌র মধ্যে বিলুপ্ত)। জাকির ক্বালব ও রুহের স্তর অতিক্রম করে সির এর স্তরে আরোহণ করবেন। আল্লাহ সকল তরিকতের সালিককে এই উন্নত স্তরে উপনীত করুন। আমীন।

চিশতিয়া তরিকায় পাস-আনফাস (দমের জিকির)

আল্লাহ তা'আলা তাঁর কালামে পাকে বলেন:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

-"হে মু'মিনগণ তোমরা আল্লাহকে অধিক পরিমাণে স্মরণ কর।"

তিনি আরো বলেন: وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا

-"এবং সকাল বিকাল তাঁর মহিমা ঘোষণা করো।"

সুতরাং মাশাইখে আজম প্রাথমিক যুগ থেকেই অধিক পরিমাণ জিকরুল্লার মধ্যে অভ্যস্ত হতে তরিকতের সালিকদেরকে দমের জিকিরের তা'লিম দিয়ে আসছেন। চিশতিয়া তরিকার মহাত্মন শাইখুল মাশাইখ হযরত হাসান বসরী রাহমাতুল্লাহি আলাইহি সর্বপ্রথম দমের জিকিরের নিয়ম প্রতিষ্ঠিত করেন।

পাস আনফাসের নিয়ম

'পাস-আনফাস' শব্দদ্বয় এসেছে ফার্সি ভাষা থেকে। এর অর্থ 'প্রতিটি শ্বাস-নিঃশ্বাসকে পাহারা দেওয়া'। তাসাওউফের পরিভাষায় এ পাহারা দেওয়ার অর্থ হলো প্রত্যেক শ্বাস-নিঃশ্বাস আল্লাহর স্মরণের ওপর অতিক্রান্ত করা।

প্রত্যেক শ্বাস নেওয়ার সময় **'আল্লাহ্'** [اللّٰه] ও ছাড়ার সময় **'হু'** [هُ] মনে মনে খিয়ালের মাধ্যমে জিকির করবেন। মনে রাখবেন: **'আল্লাহ্'** খিয়াল করার সময় ওয়াক্বফ্ করবেন। এই জিকির করার সময় ঠোঁট-মুখ বন্ধ থাকবে, কোনো আওয়াজ হবে না। এই জিকিরকে ক্বালবি জিকিরও বলে। অর্থাৎ হৃদয়ের মাধ্যমে আল্লাহর স্মরণ করা।

পাস-আনফাস জিকির সর্বদাই করা যায়। উঠতে, বসতে, খেতে, ঘুমাতে, কাজে-কর্মে সর্বদা আল্লাহর স্মরণে এভাবে ডুবে থাকার নামই হলো দমের জিকির। কুতবে যামান হযরত শায়খে কাতিয়া (১৯১৪-২০১০) রাহমাতুল্লাহি আলাইহি বলতেন: "এ জিকির স্মরণ হওয়ার জন্য মাঝে মাঝে একেকটি বড়ো শ্বাস নেবেন।"

চিশতিয়া তরিকায় তেরো তাসবীহের জিকির

চিশতিয়া তরিকার উচ্চ পর্যায়ের এই জিকিরকে **'বারো তাসবীহ'** জিকিরও বলে। বাস্তবে তাসবীহ মূলত চারটি। সংখ্যা তেরো বা বারো দ্বারা জিকিরের পরিমাণ বুঝাচ্ছে। যাক, এই জিকিরের মর্যাদা ও ফায়দা খুব বেশি। তরিকতের সালিককে তাই এই জিকির নিয়মিত পাঠ করা জরুরী। নিচে এই জিকিরের নিয়ম তুলে ধরা হলো। আমাদের উপদেশ হচ্ছে, এই নিয়মকে অক্ষরে অক্ষরে অনুসরণ করে তোরো তাসবীহ জিকির করবেন। শারীরিক ও মানসিক ক্ষতি থেকে রক্ষার্থে নিয়মটি পালন একান্ত জরুরী।

চিশতিয়া তরিকায় তেরো তাসবীহ জিকিরের নিয়ম

১. সময়ঃ সাধারণত এই জিকির তাহাজ্জুদ নামায আদায় করে সুবহে সাদিকের পূর্ব পর্যন্ত সময়ের মধ্যে নিজের ঘরের কোনো নিভৃত কোণে পড়তে হয়। তবে জলি [উচ্চস্বরে পাঠ্য] এই জিকির দ্বারা পরিবারের অন্য কোনো সদস্যের কিংবা ছোট্ট বাচ্চাদের ঘুমের মধ্যে যাতে ব্যাঘাত না ঘটে সেদিকে খিয়াল রাখতে হবে। অবশ্য তা'লিমের নিয়তে মসজিদে দলভুক্ত হয়ে এই জিকির বাদ-ইশা পাঠ করা যেতে পারে। খানক্বায় এ জিকির তাহাজ্জুদ নামায শেষে দলভুক্ত হয়ে পড়া উত্তম। কক্ষের ভেতর বাতি থাকলে নিভিয়ে দেবেন।

২. বসাঃ চারজানু হয়ে বসতে হবে। ডান পায়ের বৃদ্ধাঙ্গুলি দ্বারা বাম পায়ের হাঁটুর একটু উপরে ভেতরের দিকে 'কিমাস' নামক বড় রগটিকে চেপে ধরবেন। এ রগ ক্বালবের সঙ্গে যুক্ত।

৩. চোখ বন্ধ থাকবেঃ চোখদ্বয় বন্ধ করে প্রথমে কিছুক্ষণ দিল লাগিয়ে দরূদ শরীফ ও আস্তাগফিরুল্লাহ পাঠ করুন।

৪. এবার এই দু'আটি পাঠ করুনঃ

يٰا حَيُّ يٰا قَيُّوْمُ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْئَلُكَ أَنْ تُحْيِ قَلْبِيْ بِنُوْرِ مَعْرِفَتِكَ أَبَدًا

-"ইয়া- হাইয়্যু ইয়া-ক্বাইয়্যিমু লা-ইলা-হা ইল্লা আন্তা আসআলুকা আন্ তুহয়ি ক্বালবি বিনূরী মা'রিফাতিকা আবাদান।"

-"হে চিরঞ্জীব! হে নেগাহবান! আপনি ব্যতীত আর কোনো মা'বূদ নেই। আপনার কাছে প্রার্থনা করি, আপনার মা'রিফাতের জ্যোতিতে আমার ক্বালব চিরদিনের জন্য সঞ্জীবিত করে দিন।"

৫. নিয়তঃ এবার মনে মনে বলবেন, 'হে আল্লাহ! আমার ক্বালব মুর্শিদের ক্বালবের মাধ্যমে আপনার ধ্যানে নিমজ্জিত আছে। আমি চিশতিয়া তরিকার তেরো তাসবীহ জিকির করার নিয়ত করছি। আপনি যেভাবে সন্তুষ্ট হোন সেভাবে এই জিকির করার তাওফিক দিন।

৬. لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ - জিকির, ২০০ বারঃ বুকের কড়া থেকে একটু বামে অবস্থিত লতিফায়ে ক্বালবের দিকে মাথা নুইয়ে সশব্দে **'লা-'** বলে মাথা তুলে ডান কাঁধের দিকে নিয়ে যাবেন। এসময় খিয়াল করবেন, ক্বালবের ভেতর যতো গাইরুল্লাহর আবর্জনা আছে তা টেনে বের করে নিয়ে আসলাম! মাথা

কাঁধের দিকে থাকাবস্থায়ই **‘ইলা-হা’** বলবেন এবং খিয়াল করবেন সব আবর্জনা দূরে ফেলে দিলাম। এবার মাথা ঘুরিয়ে ক্বালবের দিকে নুইয়ে খুব জোরে ‘ইল্লাল্লাহ’ বলে জরব (ধাক্কা) লাগাবেন। এসময় খিয়াল করবেন, একামত্র আল্লাহর মা’রিফাতের নূর ও মুহাব্বাত দ্বারা আমার ক্বালবটি পরিপূর্ণ হয়ে গেছে। ২০০ বার পূর্ণ হওয়ার পর কালিমা তায়্যিবাহ পাঠ করুন:

لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰهِ

৭. খুব নরম দিলে বিনয়সহ পাঠ করুন এই দরূদ শরীফ:

صَلَّى اللّٰهُ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّد وَعَلٰى اٰلِهِ وَصْحٰبِهِ وَسَلَّم

-“সাল্লাল্লা-হু ’আলা সায়্যিদিনা- ওয়ামাওলানা- মুহাম্মাদ, ওয়া’আলা আ-লিহি ওয়াস্‌হাবিহী ওয়াসাল্লাম।”

৮. এবার পাঠ করুন:

اَللّٰهُ حَاضِرِىْ – اَللّٰهُ نَاظِرِىْ – اَللّٰهُ شَاهِدِىْ – اَللّٰهُ مَعِىْ

- আল্লাহু হাদ্বিরী, আল্লাহু নাজিরী, আল্লাহু শাহিদী, আল্লাহু মা’য়ী।

- “আল্লাহ আমার সমক্ষে, আল্লাহ আমাকে দেখছেন, আল্লাহ আমার সাক্ষী, আল্লাহ আমার সাথী।”

৯. اِلَّا اللّٰهُ -এর জিকির, ৪০০ বার: মাথা কিছুটা উপরের দিকে তুলে খুব জোরো **‘ইল্লাল্লাহ’** বলে মাথা নিচু করে লতীফায়ে ক্বালবের মধ্যে জরব দেবেন। কুতবে যামান হযরত শায়খে কাতিয়া রাহমাতুল্লাহি আলাইহি বলতেন: “জরব লাগানো মানে হাতুড়ি দিয়ে আঘাত করা। অর্থাৎ মাথাকে হাতুড়ি মনে করে এর দ্বারা ক্বালবের মধ্যে আঘাত করা।” এই জিকির ৪০০ বার করার পর উপরে বর্ণিত পদ্ধতিতে কালিমা তায়্যিবাহ, দরূদ শরীফ ও চারটি কালাম পুনরায় পাঠ করবেন।

১০. ‘আল্লাহু আল্লাহ’ [اَللّٰهُ اَللّٰه] জিকির, ৬০০ বার: মনে রাখবেন এই জিকির করার সময় প্রথমবার **‘আল্লাহ্’** পাঠ করবেন হু ছাড়া এবং পরের বার **‘হু’**সহ **‘আল্লাহু’** বলবেন। মাথা একটু উপরে তুলে ক্বালবের দিকে

নামিয়ে জরব লাগাবেন। ৬০০ বার পূর্ণ হওয়ার পর ঠিক আগের মতো কালিমা তায়্যিবাহ, দরূদ শরীফ ও চার কালাম আবার পাঠ করবেন।

১১. 'আল্লা-হ' [اَللّٰه] জিকির ১০০ বারঃ খুব দরদের সাথে কেঁদে কেঁদে এই জিকির পড়তে হয়। উপরের দিকে মাথা তুলে একটু দীর্ঘ করে 'আল্লা-হ্' বলে মাথা নামিয়ে ক্বালবের উপর জরব দেবেন। মনে মনে খিয়াল রাখবেন, হে আল্লাহ! আমি গোনাহগার! আমাকে ক্ষমা করে আপনার মা'রিফাত ও মুহাব্বাত দান করুন। আমাকে ফানাফিল্লাহর স্তরে উপনীত করুন এবং আপনার মায়ার বান্দাদের অন্তর্ভুক্ত করুন।

১২. জিকির শেষে দু'আঃ জিকির শেষ করে ইস্তিগফার, দরূদ শরীফ ইত্যাদি পাঠ করে খুব কাতর হয়ে আল্লাহর দরবারে হাত তুলে দু'আ করবেন। লক্ষ্য করুন, তেরো শতবার আপনি জিকির করবেন, তাই এই জিকিরকে তেরো তাসবীহ, অর্থাৎ তোরো শত তাসবীহের জিকির বলে।

আল্লাহ পাক আমাদের সবাইকে চিশতিয়া তরিকার এই উচ্চ পর্যায়ের জিকির তাঁর সন্তুষ্টি মুতাবিক আদায় করার তাওফিক দিন ও এ থেকে আধ্যাত্মিক উপকার দান করুন- আমীন।

চিশতিয়া তরিকায় ক্বালবের দিকে খেয়াল করে জিকির মুরাক্বাবার গুরুত্ব দেওয়া হয়। কারণ হিসাবে বলা হয়ে থাকে, ঊর্ধ্ব জগতের সঙ্গে সম্পৃক্ত পাঁচটি লতিফা তথা ক্বালব, রুহ, সির, খাফি ও আখফা মূলত একটা আরেকটার আয়না স্বরূপ। সুতরাং ক্বালবের দিকে খেয়াল করার অর্থ দাঁড়ায় সবগুলো লতিফার দিকে ধ্যান করা। এতে সবগুলোর ওপর প্রভাব পড়বে।

যা হোক, কেউ যদি ইচ্ছা করেন, পাঁচটি লতিফার দিকে একেকটি করে আলাদাভাবে বিভিন্ন জিকির মুরাক্বাবা করবেন, তাহলে কোনো সমস্যা নেই। অবশ্য খিলাফতপ্রাপ্ত যে কেউ এভাবে জিকির করতে পারবেন শায়খের অনুমতি ছাড়া। অন্যথায় সকল সালিককে নিজের পীরের অনুমতিক্রমে যে কোনো ভাবেই জিকির করতে পারবেন।

পঞ্চম পরিচ্ছেদ

মুরাক্বাবা

মুরাক্বাবার অর্থঃ যে কোনো ব্যাপারে একান্ত মনোযোগসহ ধ্যানস্থ হওয়াকে মুরাক্বাবা বলে। মুরাক্বাবার মাধ্যমে কোনো বিশেষ অবস্থার হাক্বিকাত উন্মোচন হয়ে থাকে। আল্লাহর নৈকট্য হাসিলে মুরাক্বাবা খুব উপকারী একটি আমল। সাধারণত সুফিগণ ও তরিকাতের উচ্চ পর্যায়ের সালিকরা কুরআন শরীফের বিভিন্ন আয়াত ও আল্লাহর গুণবাচক নামসমূহের ওপর মুরাক্বাবা করে থাকেন। চার তরিকায়ই মুরাক্বাবার ছবক দেওয়া হয় সালিকদেরকে। নিচে বিভিন্ন মুরাক্বাবার নিয়ম-কানুন তুলে ধরা হলো।

১. আল্লাহ হাজির নাজির এর মুরাক্বাবাঃ প্রথমে নামাজে তাশাহ্হুদের অবস্থায় যেভাবে কিবলামুখী হয়ে বসা হয়, ঠিক সেভাবে অথবা চারজানু হয়ে বসবেন। চোখ বন্ধ করে আল্লাহর দিকে ধ্যানস্থ অবস্থায় তাঁর দরবারে নিজেকে হাজির করবেন। এরপর **'আউযুবিল্লাহ্ ...'** ও **'বিসমিল্লাহ্ ...'** পাঠ করুন। এবার الله حاضر، الله ناظر، الله معي **'আল্লাহু হাদ্বিরী, আল্লাহু নাজিরী, আল্লাহু মায়ী'** পাঠ করুন। এর অর্থ হলো, আল্লাহ হাজির আছেন, আল্লাহ দেখছেন ও আল্লাহ আমার সাথেই আছেন। এ তিনটি কথার অর্থের দিকে গভীরভাবে ধ্যান করতে থাকুন। একমাত্র আল্লাহ তা'আলা ছাড়া আর কোনো কিছুর অস্তিত্ব থাকবে না- এমনকি আপনার নিজেরও অস্তিত্ব বিলুপ্ত হয়ে যাবে। এরূপ অবস্থায় ঘণ্টা খানেক পর্যন্ত বসে থাকতে হবে। এই মুরাক্বাবার মাধ্যমে তাওহিদের হাক্বিকাত আপনার মধ্যে উন্মোচন হবে।

২. পরম সত্তার দর্শনের মুরাক্বাবাঃ এ মুরাক্বাবাকে মুরাক্বাবায়ে রুয়াত বলে। পবিত্র কুরআনের আয়াতঃ أَلَمْ يَعْلَمْ بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى -সে কি জানে না যে, আল্লাহ দেখেন? (৯৬:১৪) এর উপর গভীর ধ্যান করতে হবে। ইনশাআল্লাহ! এ মুরাক্বাবা দ্বারা অন্তর্দৃষ্টিতে আল্লাহর সত্তার দর্শন উদ্ভাসিত হবে।

৩. পরম সত্তার সংসর্গের মুরাক্বাবা: এটিকে মুরাক্বাবায়ে মায়িআত বলে। কুরআন শরীফে আল্লাহ তা'আলা ইরশাদ করেন:

وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ * وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

-তিনি তোমাদের সাথে আছেন তোমরা যেখানেই থাকো না কেনো। তোমরা যা করো আল্লাহ তা দেখেন- (৯৬:১৪) এ পবিত্র আয়াতাংশের মর্মের প্রতি খেয়াল করে মুরাক্বাবা করবেন। মনে মনে দৃঢ় বিশ্বাস রাখবেন যে, গোপন ও প্রকাশ্য, সুস্থতা-অসুস্থতা ইত্যাদি সর্বাবস্থায় আল্লাহ তা'আলা আমার সঙ্গে রয়েছেন। এ মুরাক্বাবার ফলে ইনশাআল্লাহ দয়াময় প্রভুর সংসর্গ উপলব্ধি করবেন।

৪. পরম সত্তার নৈকট্যের মুরাক্বাবা: এ মুরাক্বাবার নাম আকরাবিয়্যাত। আল্লাহ তা'আলা তাঁর পবিত্র গ্রন্থে ইরশাদ করেন:

وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ

-আমি তার গ্রিবাস্থিত ধমনি থেকেও অধিক নিকটবর্তী। (৫০:১৬) এ আয়াতাংশের অর্থ ও মর্মের প্রতি গভীরভাবে খেয়াল করে ধ্যান করবেন। মনে মনে ভাববেন আল্লাহ আমার সবচেয়ে নিকটবর্তী আছেন। ইনশাআল্লাহ, এই মুরাক্বাবা দ্বারা পরম সত্তার নৈকট্য হাসিল হবে।

৫. এককত্বের মুরাক্বাবা: একে মুরাক্বাবায়ে ওয়াহদাত বলে। এই মুরাক্বাবার মাধ্যমে তাওহিদের গভীর রহস্য সালিকের মনে উন্মোচন হবে। ধ্যানের সময় কুরআন শরীফের এই বাক্যটি নিয়ে ভাবতে থাকবেন:

هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ

-তিনিই (আল্লাহ) প্রথম, তিনিই সর্বশেষ এবং তিনিই প্রকাশমান ও অপ্রকাশমান। (৫৭:৩)

৬. স্বীয় অস্তিত্ব বিলুপ্তির মুরাক্বাবা: এই মুরাক্বাবাকে মুরাক্বাবায়ে ফানা বলে। আল্লাহ সুবহানাহু ওয়াতা'আলা সূরা আর-রাহমানে ইরশাদ করেন:

كُلُّ مَنْ عَلَيْهَا فَانٍ وَيَبْقَى وَجْهُ رَبِّكَ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

-সব কিছুই ধ্বংস হয়ে যাবে। একমাত্র মহাপরাক্রমশালী ও সম্মানের অধিকারী আপনার প্রভুই বিরাজিত থাকবেন। (৫৫:২৬-২৭) এই পবিত্র আয়াত দুটির গভীরার্থের দিকে খেয়াল করবেন; সবকিছু একদিন বিলুপ্ত বা ফানা হয়ে যাবে। আর সকল ধরনের দোষ ও ক্রুটি-বিচ্যুতি থেকে চিরমুক্ত মহান প্রভু আল্লাহ তা'আলাই শুধু সর্বদা বিরাজিত থাকবেন। নিজের অন্তর্দৃষ্টে এ অবস্থাটি অবলোকন করবেন। এভাবে দীর্ঘক্ষণ মুরাক্বাবা করলে ইনশাআল্লাহ স্বীয় অস্তিত্বের অনিত্যতা এবং জ্ঞান-বুদ্ধির অক্ষমতা ও বিলুপ্তি আরো পরিষ্কার হয়ে যাবে।

৭. মহান আল্লাহ তা'আলার নূরের মুরাক্বাবা: আল্লাহ তা'আলা ইরশাদ করেন: **اللّٰهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ** -আল্লাহ নভোমণ্ডল ও ভূমণ্ডলের জ্যোতি। (২৪:৩৫) এই আয়াত অনুসারে ধ্যান করবেন যে, আল্লাহ যেমন সকল স্থানেই বিদ্যমান রয়েছেন তেমনি তাঁর নূরও জগতের সকল স্থানে পরিব্যাপ্ত। ইনশাআল্লাহ, এই মুরাক্বাবার মাধ্যমে হাক্বিকাতের নূর সালিকের অন্তর্দৃষ্টে উদ্ভাসিত হয়ে ওঠবে।

৮. মৃত্যুর মুরাক্বাবা: মহান আল্লাহ জাল্লে জালালুহু তাঁর পবিত্র কালামে ইরশাদ করেন:

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ

-বলুন, তোমরা যে মৃত্যু থেকে পলায়নপর, সেই মৃত্যু অবশ্যই তোমাদের মুখোমুখি হবে। (৬২:৮)

অন্যত্র ইরশাদ হয়েছে:

أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ

-তোমরা যেখানেই থাকো না কেনো মৃত্যু কিন্তু তোমাদেরকে পাকড়াও করবেই- যদি তোমরা সুদৃঢ় দূর্গের ভেতরেও অবস্থান করো- তবুও। (৪:৭৮)

এই পবিত্র আয়াতদ্বয়ের অর্থের দিকে খেয়াল করে অশ্রুসজল চোখে মুরাক্বাবা করবেন। এ মুরক্বাবার মাধ্যমে ইনশাআল্লাহ, দুনিয়ার প্রতি

অতিলোভ মুছে যাবে। আখিরাতে আল্লাহর সম্মুখে উপস্থিত হওয়ার বাস্তবতার খেয়াল অন্তরে জায়গা করে নেবে।

৯. সত্যের সম্মুখে মিথ্যা বিলুপ্তির মুরাক্বাবা: আল্লাহ তা'আলা ইরশাদ করেন:

وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ * إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا

-বলুন, সত্য এসেছে এবং মিথ্যা বিলুপ্ত হয়েছে। নিশ্চয় মিথ্যা বিলুপ্ত হওয়ারই ছিলো। (১৭:৮১) এই আয়াতে করিমের মর্মার্থ উদ্ঘাটনের উদ্দেশ্যে মুরাক্বাবা করলে, ইনশাআল্লাহ মহাসত্য সালিকের মনে আত্মপ্রকাশ করবে। তিনি দেখতে পাবেন নিজের কোনো অস্তিত্ব নেই, শুধুমাত্র চিরন্তন মহান আল্লাহ তা'আলাই বিরাজমান।

১০. সাধনায় সাহায্য পাওয়ার মুরাক্বাবা: আল্লাহ তা'আলা তাঁর পবিত্র কালামে ইরশাদ করেন:

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

-যারা আমার পথে সাধনায় আত্মনিয়োগ করে, আমি অবশ্যই তাদেরকে আমার পথে পরিচালিত করবো। নিশ্চয় আল্লাহ সৎকর্মপরায়ণদের সাথে আছেন। (২৯:৬৯) এই আয়াতের অর্থের প্রতি খেয়াল করে একাগ্রচিত্তে মুরাক্বাবা করবেন। ইনশাআল্লাহ, সুলুকের সাধনায় আল্লাহর সাহায্য পাবেন।

১১. রিজিকের মালিক একমাত্র আল্লাহ, এ ব্যাপারে মুরাক্বাবা: আল্লাহ রাব্বুল আলামীন বলেন:

اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَهُ * إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

-আল্লাহ তাঁর বান্দাদের যার জন্য ইচ্ছা রিজিক প্রশস্ত করে দেন এবং যার জন্য ইচ্ছা হ্রাস করেন। নিশ্চয় আল্লাহ সব বিষয়ে সম্যক পরিজ্ঞাত। (২৯:৬২)

১২. আল্লাহর নজর সব বিষয়ে- এর ওপর মুরাক্বাবা: আল্লাহ রাব্বুল আলামীন বলেন:

وَكَانَ اللّٰهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ رَقِيبًا

-আল্লাহ সর্ব বিষয়ের উপর সজাগ নজর রাখেন। (৩৩:৫২)

১৩. নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম প্রেরিত হওয়ার কারণ সম্পর্কে মুরাক্বাবা: আল্লাহ জাল্লে জালালুহু ইরশাদ করেন:

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا

-হে নবী! আমি আপনাকে সাক্ষী, সুসংবাদদাত ও সতর্ককারীরূপে প্রেরণ করেছি। (৩৩:৪৫)

১৪. আল্লাহর প্রতি কৃতজ্ঞ ও অকৃতজ্ঞ হওয়ার ফলাফল সম্পর্কে মুরাক্বাবা: আল্লাহ জাল্লে জালালুহু ইরশাদ করেন:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ * وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

-যখন তোমাদের পালনকর্তা ঘোষণা করলেন যে, যদি কৃতজ্ঞতা স্বীকার করো, তবে তোমাদের আরও দেবো এবং যদি অকৃতজ্ঞ হও, তবে নিশ্চয়ই আমার শাস্তি হবে কঠোর। (১৪:৭)

১৫. শিরক থেকে বেঁচে থাকার সুফল নিয়ে মুরাক্বাবা: আল্লাহ তা'আলা বলেন:

وَيُنَجِّي اللّٰهُ الَّذِينَ اتَّقَوْا بِمَفَازَتِهِمْ لَا يَمَسُّهُمُ السُّوءُ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

-আর যারা শিরক থেকে বেঁচে থাকতো, আল্লাহ তাদেরকে সাফল্যের সাথে মুক্তি দেবেন, তাদেরকে অনিষ্ট স্পর্শ করবে না এবং তারা চিন্তিতও হবে না।

উপরোক্ত পনেরোটি মুরাক্বাবা ছাড়াও আরো অনেক ধরনের মুরাক্বাবা করতে পারেন। পবিত্র কুআনের বিভিন্ন আয়াত ও আয়াতাংশের দিকে

ধ্যানস্থ হয়ে মুরক্বাবা করে আধ্যাত্মিক সফলতা অর্জন করতে অগ্রসর হবেন। পবিত্র কুরআনের কয়েকটি আয়াত হলো:

১. **فَأَيْنَمَا تُوَلُّوا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ**-তোমরা যেদিকেই মুখ ফিরাও সেদিকেই আল্লাহ বিরাজমান। (২:১১৫)

২. **إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا** -নিশ্চয় আল্লাহ তোমাদের ব্যাপারে সচেতন রয়েছেন। (৪:১)

৩. **وَفِي أَنْفُسِكُمْ * أَفَلَا تُبْصِرُونَ**-(নিদর্শন রয়েছে) তোমাদের মধ্যেও বিরাজমান। তোমরা কি লক্ষ্য করো না? (৫১:২১)

৪. **أَلَا إِنَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ مُحِيطٌ** -শুনে রাখো, তিনি সবকিছুকে পরিবেষ্টন করে রয়েছেন। (৪১:৫৪)

৫. **وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا** -আপনি আপনার পালনকর্তার নাম স্মরণ করুন এবং একাগ্রচিত্তে তাতে মগ্ন হোন। (৭৩:৮)

৬. **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ * وَاتَّقُوا اللَّهَ * إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ** -মু'মিনগণ তোমরা আল্লাহ তা'আলাকে ভয় করো। প্রত্যেক ব্যক্তির উচিত আগামী কালের জন্য সে কী প্রেরণ করে, তা চিন্তা করা। আল্লাহ তা'আলাকে ভয় করতে থাকো। তোমরা যা করো আল্লাহ তা'আলা সে সম্পর্কে খবর রাখেন। (৫৯:১৮)

৭. **يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً** -হে মানবজাতি! তোমরা তোমাদের পালনকর্তাকে ভয় করো, যিনি তোমাদেরকে একব্যক্তি থেকে সৃষ্টি

করেছেন এবং যিনি তার থেকে তার সঙ্গিনীকে সৃষ্টি করেছেন। আর বিস্তার করেছেন তাদের দু'জন থেকে অগণিত পুরুষ ও নারী। (৪:১)

৮. وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ -আর এ কথা জেনে রাখো যে, তোমাদের মনে যে কথা রয়েছে আল্লাহর তা জানা আছে। কাজেই তাঁকে ভয় করতে থাকো। (২:২৩৫)

৯. وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ * وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ -তোমরা যেখানেই থাকো তিনি তোমাদের সাথে আছেন। তোমরা যা করো আল্লাহ তা দেখেন। (৫৭:৪)

১০. وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ -আর স্মরণ করতে থাকো স্বীয় পালনকর্তাকে আপন মনে ক্রন্দনরত ও ভীত-সন্ত্রস্ত অবস্থায়। এবং এমন স্বরে যা চিৎকার করে বলা অপেক্ষা কম; সকালে ও সন্ধ্যায়, আর বেখবর থেকো না। (৭:২০৫)

আল্লাহ্র পবিত্র ৯৯ গুণবাচক নামেরও মুরাক্বাবা করতে পারেন। একেকটি নামের একেকটি আলাদা মুরাক্বাবা হতে পারে।

আল্লাহ তা'আলা আমাদেরকে জিকির-মুরাক্বাবার মাধ্যমে তাঁর নৈকট্য হাসিলে সাহায্য করুন। আমীন।